A Process of Peer Drug Education

Un programme éducatif sur les drogues

Nova Scotia
Department of Health
Drug Dependency Services Division

Ministère de la Santé
Service de la toxicomanie de la Nouvelle-Écosse

LES JEUNES AU POUVOIR

Un programme éducatif sur les drogues animé par les jeunes

Le Service de la toxicomanie de la Nouvelle-Écosse

septembre 1991

92-05945/

© 1991 The Nova Scotia Drug Dependency Services (le Service de la toxicomanie de la Nouvelle-Écosse). Tous droits réservés.

LES JEUNES AU POUVOIR, ISBN 0-88871-218-9

Also available in English under the title :
PEER POWER (ISBN 0-88871-158-1).

Ce projet a été réalisé grâce à l'aide du ministre de la Santé nationale et du Bien-être social dans le cadre de la Stratégie nationale antidrogue. La présente adaptation en français a été réalisée avec l'aide d'une subvention du Secrétariat d'État du Canada.

"Les vues exprimées ici sont uniquement celles des auteurs et ne représentent pas nécessairement la politique officielle du ministère de la Santé nationale et du Bien-être."

Le programme PEER POWER (LES JEUNES AU POUVOIR) est le fruit d'une collaboration de longue date de nombreuses personnes à travers la province. Nous tenons à remercier les conseillers, les enseignants, et les étudiants qui ont contribué à l'élaboration du programme. Nous remercions tout particulièrement Suzanne Officer, Shannon Christie et Jason Cameron.

NOTE : Après beaucoup d'hésitation, nous avons décidé de ne pas féminiser le texte. C'est à contrecoeur que nous avons opté pour la brièveté et la "neutralité" des formes masculines. Que les lectrices nous pardonnent.

LES JEUNES AU POUVOIR

Coordonnatrice du programme
Nancy Comeau, M.Ed.

Auteure du texte anglais
Alexandra Thompson, M.A.

Adaptation en français
Sally Ross, Doctorat de 3e cycle (Tours)

Révision
Marc Bolduc, B.A. (traduction)

Le guide de l'enseignant-conseil

Table des matières

- **Préface** 6
- **Objectifs du programme** 7

LES JEUNES AU POUVOIR

- **Mise en oeuvre du programme** 8
  - a) matériel
  - b) promotion
  - c) recrutement et sélection des étudiants
- **Rencontres de formation à l'école** 10
  - a) lignes générales
  - b) 1re rencontre
  - c) 2e rencontre
  - d) 3e et 4e rencontres
  - e) 5e et/ou 6e rencontre
- **L'atelier de formation** 14
  - a) introduction
  - b) la formule : une journée ou deux journées
  - c) accompagnateurs
  - d) détails pratiques
- **L'implantation des leçons** 15
  - a) détails pratiques
- **Certificats de reconnaissance** 16
- **Les leçons animées par les jeunes éducateurs** .. 16
  - a) les buts
  - b) la structure d'une leçon
  - c) les outils d'animation
  - d) les groupes de travail
- **Le thème de chaque série de leçons** 18

"Toi, tes amis et ta famille" (5e année)

"C'est toi qui décides" (6e année)

"S'amuser sans drogues" (7e année)

"Tes gestes ont un effet" (8e année)

"Des solutions, nous en avons" (9e année)

Le manuel de l'atelier de formation

Table des matières

- **Introduction** 2
- **Le choix d'un local** 3
- **Le matériel** 3
- **L'ordre du jour** 4

1. **La bienvenue**
   introduction
   l'ordre du jour
2. **Présentations** 6
   les équipes de travail
   chaque équipe choisit un nom
3. **Information sur les drogues : révision et mise à jour** . 7
4. **Techniques d'animation** 8
   communication efficace
   pratique
5. **Les Leçons** 10
   thèmes
   outils d'animation
   étapes d'une leçon
6. **Les équipes de travail** 13
   préparation d'une leçon
   animation d'une leçon
   préparation et pratique
7. **Le jeune éducateur et sa classe** 16
   À quoi faut-il s'attendre?
   le travail d'équipe
8. **Le jeune éducateur et les ressources d'aide** 17
9. **Plan d'action et conclusion** 18
10. **Annexe : fiches destinées aux jeunes éducateurs** 19
    - *conseils pratiques sur la communication efficace*
    - *activité sur les messages non verbaux*
    - *comportements typiques*
    - *situations difficiles qui pourraient se présenter*

Les leçons animées par les jeunes éducateurs

5e année : Toi, tes amis et ta famille
Leçon 1
Leçon 2

6e année : C'est toi qui décides
Leçon 1
Leçon 2

7e année : S'amuser sans drogues
Leçon 1
Leçon 2
Leçon 3

8e année : Tes gestes ont un effet
Leçon 1
Leçon 2
Leçon 3

9e année : Des solutions, nous en avons
Leçon 1
Leçon 2
Leçon 3

Feuilles d'information sur les drogues

Le guide de l'enseignant-conseil

Préface

LES JEUNES AU POUVOIR est un programme éducatif sur les drogues basé sur un modèle d'apprentissage qui prévoit la sensibilisation des jeunes par leurs pairs. Le programme s'adresse aux élèves du deuxième cycle de l'élémentaire et du premier cycle du secondaire, mais il est animé par des étudiants bénévoles qui reçoivent une formation spéciale. Ces jeunes éducateurs sont encadrés par un bénévole du personnel enseignant de leur école. L'enseignant-conseil coordonne l'implantation du programme au niveau local.

C'est grâce au dévouement et à l'enthousiasme des enseignants-conseils, des administrateurs scolaires et du personnel régional que ce programme éducatif fait pour les jeunes et par les jeunes se poursuit encore avec succès. Au nom du Service de la toxicomanie, je voudrais vous remercier de votre appui et de votre engagement.

Brian Wilbur
Coordonnateur
Prévention et éducation communautaire
Service de la toxicomaine de la Nouvelle-Écosse

Objectifs du programme LES JEUNES AU POUVOIR

LES JEUNES AU POUVOIR est un programme éducatif sur les drogues qui appelle la participation active des étudiants. Le programme encourage les jeunes à réfléchir aux effets possibles des drogues et aux solutions de rechange. Le programme vise les jeunes qui sont touchés par la question des drogues en raison de leur propre expérience ou des expériences de leurs amis ou des membres de leur famille. Le programme apprend aux jeunes quelles ressources d'aide et de consultation existent à l'école et dans la communauté.

LES JEUNES AU POUVOIR forme les jeunes éducateurs afin qu'ils puissent animer des leçons auprès des étudiants de la 5e à la 9e année. Les différentes leçons du programme sont adaptées aux intérêts et aux habiletés d'apprentissage des niveaux scolaires visés. Les jeunes éducateurs apprennent à travailler en équipe afin de donner des leçons qui comprennent de l'information sur les drogues, des mises en situation, des discussions et autres activités de groupe.

Le nom du programme, LES JEUNES AU POUVOIR, a été choisi afin de refléter la prise en main par les jeunes éducateurs des activités de prévention de l'abus des drogues. Nous espérons communiquer la force et l'efficacité de ce modèle d'apprentissage qui prévoit la sensibilisation des jeunes par leurs pairs. Avec l'appui des enseignants-conseils bénévoles, nous espérons que les jeunes éducateurs pourront étendre ce programme de prévention au-delà du milieu scolaire, jusque dans leur entourage familial et leur milieu social.

LES JEUNES AU POUVOIR complémente les autres activités éducatives sur les drogues qui existent déjà dans les écoles. Ce programme est unique dans la mesure où il est animé par les jeunes et où il offre aux étudiants la possibilité de participer activement à l'examen des questions liées à la consommation des drogues. Après le programme, les professeurs peuvent fournir d'autres informations à leurs classes, profitant ainsi de la motivation créée chez leurs étudiants par les jeunes éducateurs.

Pour devenir un jeune éducateur dans le cadre du programme LES JEUNES AU POUVOIR, l'étudiant (en 10e, 11e ou 12e année) doit assister à des rencontres de formation et à un atelier de formation afin de pouvoir donner des leçons qui visent 5 niveaux élémentaires et secondaires.

Au cours des rencontres de formation qui ont lieu à l'école, les jeunes éducateurs reçoivent de l'information sur les drogues et ils prennent connaissance des leçons qu'ils vont donner dans le cadre du programme. Au cours de l'atelier de formation, les jeunes éducateurs perfectionnent leurs techniques d'animation : le travail en équipe, les discussions de groupe et l'écoute active. Ils se familiarisent avec le matériel du programme tout en participant à des activités qui renforcent leur confiance en soi et leur capacité de communiquer d'une façon efficace.

Les étudiants qui deviennent jeunes éducateurs sont des leaders à l'école et dans la communauté. Ils peuvent donc répandre leurs connaissances sur la prévention de l'abus des drogues au-delà des leçons qu'ils donnent dans le cadre des JEUNES AU POUVOIR. Ils pourraient, par exemple, participer à la semaine de sensibilisation à l'usage des drogues, organiser des projets à l'école, animer des échanges avec des groupes de parents, se joindre au comité local de sensibilisation à l'abus des drogues, etc.

Nous encourageons les jeunes éducateurs à intégrer leur formation à leur vécu et à continuer de poser des gestes positifs qui touchent leur entourage. Ils en ont le pouvoir.

La mise en oeuvre du programme

a) Le matériel

Nous encourageons les enseignants-conseils à se familiariser avec le matériel du programme LES JEUNES AU POUVOIR qui comprend :

1. - *le Guide de l'enseignant-conseil*

2. - *le Manuel de l'atelier de formation*

3. - *les leçons des JEUNES AU POUVOIR (2 ou 3 leçons par niveau scolaire)*

4. - *les Feuilles d'information sur les drogues (terminologie; risques; catégories et effets; ressources)*

b) La promotion

La promotion du programme peut se faire dans l'école au moyen :
- des annonces
- des affiches
- des contacts personnels (de bouche à oreille)
- des publications des étudiants ou du journal de l'école

c) Recrutement et sélection des étudiants

- Afin de recruter des étudiants pour LES JEUNES AU POUVOIR, organisez une réunion d'information pour les étudiants qui s'intéressent au programme.

- Au cours de cette réunion, expliquez les buts du programme et les responsabilités des jeunes éducateurs.

- Il faut que les étudiants comprennent que pour devenir jeunes éducateurs, ils doivent assister à 5 ou 6 rencontres de formation qui ont lieu à l'école et à un atelier de formation.

- Ils doivent comprendre aussi qu'en tant que jeunes éducateurs, ils vont faire partie d'une équipe de 2 ou 3 étudiants qui donnera un certain nombre de leçons à des classes élémentaires ou secondaires précises.

- Étant donné ces responsabilités, il se peut qu'ils manquent des cours ou des devoirs qu'ils seront obligés de rattraper.

- Indiquez la date et l'heure de la première rencontre de formation.

- Demandez aux étudiants qui s'intéressent au programme de s'inscrire en indiquant leur nom et leur année scolaire.

Critères de sélection. Nous vous suggérons de choisir :

- des étudiants en 10e, en 11e et en 12e année. De cette façon vous aurez de la maturité et de la continuité. (Un étudiant ne peut pas servir de jeune éducateur plus de 3 ans.)

- des étudiants dont les notes atteignent la moyenne passable.

- des étudiants qui ne sont pas déjà très impliqués dans d'autres activités para-scolaires car LES JEUNES AU POUVOIR prend du temps et de l'énergie.

- des étudiants qui peuvent assister à toutes les rencontres de formation et à l'atelier de formation.

- des étudiants qui montrent une certaine maturité et un comportement responsable dans la vie de tous les jours.

Rencontres de formation à l'école

a) Lignes générales

En tant qu'enseignant-conseil, vous aurez la responsabilité d'animer 5 ou 6 rencontres de formation qui auront lieu à l'école soit à l'heure du dîner ou après l'école. Chaque rencontre durera 45 minutes environ. Quatre de ces rencontres auront lieu avant l'atelier de formation. Les jeunes éducateurs auront aussi 1 ou 2 rencontres une semaine après l'atelier de formation. **Il est recommandé qu'ils animent leurs leçons moins de 2 semaines après l'atelier de formation.**

Les buts des 4 premières rencontres de formation sont de :

- développer un esprit de groupe
- faire comprendre les responsabilités du jeune éducateur
- donner aux étudiants la possibilité de s'assurer qu'ils ont le temps et l'énergie de mener à bien leurs responsabilités dans le programme
- distribuer des copies des 2 ou 3 leçons appropriées (selon le niveau élémentaire ou secondaire visé)
- donner aux étudiants l'occasion d'examiner la structure et le contenu de chacune des leçons qu'ils vont présenter
- donner aux étudiants la possibilité de réfléchir à la façon dont ils aimeraient présenter le thème de leurs leçons
- désigner les équipes de 2 ou 3 jeunes éducateurs

C'est au cours de l'atelier de formation, et NON au cours de ces rencontres, que les étudiants apprendront COMMENT ANIMER leurs leçons.

Les buts des rencontres de formation après l'atelier sont de :

- s'assurer que les jeunes éducateurs sont bien préparés avant de donner leurs leçons
- revoir les aides visuelles ou les outils d'animation (p. ex. acétates pour le rétroprojecteur; documentation à distribuer; affiches sur le thème de la leçon)
- confirmer les détails relatifs à l'heure des leçons et au transport aux écoles élémentaires
- répondre aux questions des jeunes éducateurs

Vous pouvez obtenir des copies supplémentaires des Feuilles d'information sur les drogues en vous adressant à un des bureaux régionaux du Service de la toxicomanie de la Nouvelle-Écosse (Nova Scotia Drug Dependency Services). Vous trouverez les adresses et les numéros de téléphone dans la section des Feuilles consacrée aux ressources.

Vous pouvez inviter des personnes-ressources (policier, représentant d'un groupe d'entraide, etc.) à une rencontre de formation afin d'obtenir une autre perspective sur la sensibilisation à l'abus des drogues.

Nous recommandons 6 rencontres de formation à l'école. Nous encourageons les enseignants-conseils et les jeunes éducateurs à poursuivre leur travail de sensibilisation et de prévention tout au long de l'année et à participer à d'autres programmes ou activités en milieu scolaire ou dans la communauté.

b) Première rencontre de formation

Buts

- Présenter LES JEUNES AU POUVOIR, un programme éducatif de sensibilisation aux drogues
- Encourager les étudiants à parler de leurs attentes et des raisons pour lesquelles ils participent au programme
- Regarder ensemble les Feuilles d'information sur les drogues
- Confirmer l'horaire des rencontres de formation

Déroulement

- Décrivez le programme et expliquez les responsabilités des jeunes éducateurs à l'égard du programme et à l'égard de leur travail scolaire.
- Invitez les étudiants à se présenter.
- Animez une discussion sur leurs attentes et sur les raisons pour lesquelles ils participent au programme. Demandez aux étudiants de prendre note de leurs attentes afin de pouvoir s'y référer plus tard dans le programme.
- Discutez du rôle du jeune éducateur en répondant aux questions des étudiants.

- Consacrez au moins 30 minutes à l'examen des Feuilles d'information sur les drogues (terminologie, risques et catégories). Encouragez les étudiants à poser des questions.

- Animez une discussion sur les ressources d'aide et de consultation. De cette façon les étudiants prendront connaissance des organismes-ressources. Vous pouvez aussi demander aux étudiants de dresser une liste des personnes-ressources (avec numéros de téléphone) à leur école et dans la communauté. Ces listes leur seront utiles lorsqu'ils auront besoin de référer un étudiant préoccupé par les drogues dans son entourage à un organisme d'aide.

Vous pouvez faire parvenir les Feuilles d'information sur les drogues aux professeurs des classes visées avant la première leçon des jeunes éducateurs. Cela leur permettra d'orienter leurs élèves avant le commencement du programme LES JEUNES AU POUVOIR.

c) Deuxième rencontre de formation

Buts

- Partager les listes de personnes-ressources
- Examiner la Leçon 1 (il y a 2 leçons pour chacun des niveaux élémentaires et 3 leçons pour chacun des niveaux secondaires visés)
- Désigner les équipes de jeunes éducateurs

Déroulement

- Invitez les étudiants à comparer leurs listes de ressources pour que tout le monde ait une liste aussi complète que possible.
- Formez des équipes de 2 ou 3 étudiants. Chaque équipe est responsable de la coanimation des leçons.
  - Il faut essayer de composer les équipes selon la compatibilité et la disponibilité des étudiants et selon leur complémentarité du point de vue du style et des habiletés de communication.
  - Les étudiants peuvent aussi former leurs propres équipes avec votre approbation.
  - Il faut que les équipes soient formées avant l'atelier de formation.
- Distribuez des copies de la Leçon 1 du ou des niveaux visés. Pour animer une discussion sur le thème, la structure et le contenu, référez-vous à la section sur les leçons plus loin.
- Encouragez les étudiants à poser des questions.

- Consacrez au moins 20 minutes à une discussion de groupe sur une présentation originale du contenu de la Leçon 1. Encouragez les équipes à discuter des aides visuelles qu'ils aimeraient préparer pour leurs leçons.

d) Troisième et quatrième rencontres de formation

Buts

- Revoir le thème, la structure et le contenu des Leçons 2 et 3 du ou des niveaux scolaires visés
- Confirmer l'heure, la date et autres détails pratiques relatifs à l'atelier de formation

Déroulement

- Distribuez des copies de la Leçon 2 ou de la Leçon 3 du ou des niveaux visés.
- Encouragez les étudiants à poser des questions.
- Consacrez au moins 20 minutes à une discussion de groupe sur une présentation originale du contenu de la Leçon 2 ou 3. Encouragez les équipes à discuter des aides visuelles qu'ils aimeraient préparer pour leurs leçons.

- Assurez-vous que tous les étudiants vont pouvoir assister à l'atelier de formation. Confirmez les détails pratiques. (Voir le MANUEL DE L'ATELIER DE FORMATION.)

e) Cinquième et/ou sixième rencontre de formation (après l'atelier de formation)

Buts

- Répondre aux préoccupations des jeunes éducateurs
- Discuter du rôle du professeur de la classe à laquelle les jeunes éducateurs vont s'adresser
- Préparer les aides visuelles
- Revoir les attentes des jeunes éducateurs
- Discuter du suivi du programme

Déroulement

- Encouragez les jeunes éducateurs à parler de leurs préoccupations concernant leurs leçons.
- Confirmez l'heure et la date des leçons, le transport pour les jeunes éducateurs aux écoles où ils donnent leurs leçons, et le nom des professeurs des classes cibles.
- Discutez du rôle du professeur de la classe cible en répondant à certaines des questions suivantes :
    - Sait-il qu'il doit être présent dans la classe quand les jeunes éducateurs animent leurs leçons?
    - Faut-il consulter le professeur au sujet des problèmes possibles de discipline? Faut-il lui demander si on peut diviser la classe en petits groupes de travail? Faut-il lui demander d'établir les groupes avant le commencement de la leçon?
    - Veut-il faire un cours sur les risques des drogues et les ressources disponibles avant l'arrivée des jeunes éducateurs? Si oui, il faut lui envoyer des Feuilles d'information à l'avance.
    - Y a-t-il des activités de suivi qu'il faut organiser avec le professeur?
    - Le professeur accepte-t-il de poursuivre une discussion entamée par les jeunes éducateurs? (Parfois ceux-ci n'ont pas assez de temps pour répondre à toutes les questions.)
- Assurez-vous que les outils d'animation seront préparés à temps (ces outils sont faits en dehors des rencontres de formation).
- Vers la fin de la rencontre, amenez les étudiants à parler de leurs attentes. Demandez-leur de comparer leurs attentes à ce stade du programme à celles qu'ils avaient formulées lors de la 1re rencontre de formation.

- Soulevez la question de leur participation à des activités de sensibilisation ou de prévention au-delà des leçons. (Pour plus de détails, voir "Plan d'action et conclusion" dans le MANUEL DE L'ATELIER DE FORMATION.)

Il est très important que les jeunes éducateurs sentent qu'ils font partie des efforts de sensibilisation à l'abus des drogues ayant lieu dans leur école et dans la communauté et qu'ils peuvent poursuivre leur action une fois le programme terminé.

Conclusion : Confirmez encore une fois tous les détails pratiques sur l'implantation du programme dans les classes cibles par les jeunes éducateurs.

L'atelier de formation

a) Introduction

L'atelier a lieu après que les étudiants ont assisté à 4 rencontres de formation. Le Service de la toxicomanie de la Nouvelle-Écosse (Nova Scotia Drug Dependency Services), en collaboration avec les enseignants-conseils, met sur pied cet atelier afin de s'assurer que les étudiants aient une bonne formation avant de présenter les leçons des JEUNES AU POUVOIR. Il incombe à l'enseignant-conseil de coordonner l'atelier. Les détails pertinents (date, heure, lieu, nourriture, transport) seront communiqués au représentant régional du Service. Nous encourageons les enseignants-conseils à participer à l'atelier.

b) La formule : une journée ou deux journées

Selon la disponibilité des étudiants, des enseignants-conseils et des accompagnateurs, l'atelier de formation peut se donner en une journée (6 ou 8 heures) ou en deux journées (4 ou 5 heures par jour).

Les deux formules assurent à peu près le même nombre d'heures de formation. L'avantage de l'atelier d'une journée est que les étudiants ne manquent qu'un jour de classes. L'atelier échelonné sur deux journées favorise le développement d'un esprit de corps et offre plus de temps pour répondre aux questions des étudiants.

c) Accompagnateurs

Il faut un accompagnateur pour chaque groupe de 25 étudiants qui participe à l'atelier de formation. L'accompagnateur peut être un parent ou un enseignant. Si les étudiants restent la nuit, il faut un accompagnateur et une accompagnatrice pour chaque groupe de 25 étudiants. L'enseignant-conseil peut servir d'accompagnateur et devrait assister à l'atelier. Aucun membre du personnel du Service de la toxicomanie ne peut servir d'accompagnateur.

d) Détails pratiques

Un de vos devoirs en tant qu'enseignant-conseil est de confirmer la date et le lieu de l'atelier de formation auprès du directeur de votre école et du représentant régional du Service de la toxicomanie. L'atelier peut avoir lieu en semaine avec la permission du Conseil scolaire.

Nous recommandons qu'un maximum de 30 étudiants assistent à un atelier de formation. Nous recommandons que l'atelier ait lieu dans un centre communautaire et non dans une école.

Vous devez vous occuper des détails concernant les repas et les goûters. Vous trouverez peut-être de l'aide auprès de votre école, des groupes communautaires ou paroissiaux. Vous devez aussi coordonner le transport des étudiants. Les parents ou accompagnateurs vous aideront peut-être.

Vous êtes aussi responsable de l'équipement et du matériel requis pour l'atelier : acétates, rétroprojecteur, écran, tableau à feuilles mobiles, marqueurs, etc.

Pour plus de renseignements, consultez le *MANUEL DE L'ATELIER DE FORMATION.*

L'implantation des leçons

a) Détails pratiques

En tant qu'enseignant-conseil, vous devez coordonner l'implantation des leçons du programme dans les classes élémentaires et/ou secondaires. Vous devez donc communiquer avec les directeurs et les professeurs concernés.

Un des buts des JEUNES AU POUVOIR est de complémenter l'éducation sur les drogues déjà existante. Il importante donc d'intégrer les leçons à un moment opportun du programme scolaire des classes cibles. Il s'agit de consulter les professeurs des classes cibles au début de l'année scolaire afin de déterminer le moment idéal pour les leçons.

Il faut que le professeur de la classe cible soit présent dans la salle de classe pendant que les jeunes éducateurs donnent leurs leçons. Ils auront été formés en fonction de cette présence. Quoique le professeur ne participe pas aux leçons, sa présence assure un suivi et une prolongation de la sensibilisation aux drogues. Sa présence assure aussi la discipline de la classe. Comme nous l'avons déjà signalé, vous pouvez inviter le professeur de la classe cible à se servir des Feuilles d'information pour orienter ses étudiants avant que les jeunes éducateurs n'arrivent.

Certificats de reconnaissance

À la fin du programme, tous les jeunes éducateurs et tous les enseignants-conseils recevront un certificat de reconnaissance du Service de la toxicomanie de la Nouvelle-Écosse (Nova Scotia Drug Dependency Services).

Les leçons animées par les jeunes éducateurs

a) Les buts

Comme nous l'avons dit, les leçons que les jeunes éducateurs donnent aux classes cibles doivent complémenter l'éducation préventive déjà existante. Autrement dit, ces leçons ne constituent pas la seule approche à la sensibilisation aux drogues dans le cadre du programme scolaire élémentaire ou secondaire.

Il est très important que les jeunes éducateurs donnent, dans l'ordre, les leçons destinées au niveau scolaire visé. Ces leçons font partie d'une suite logique, de même que les différents éléments d'une leçon s'imbriquent pour former un tout conséquent.

Toutes les leçons encouragent la participation active des étudiants. Quel que soit le niveau visé, les jeunes éducateurs communiquent au cours de la première leçon des renseignements sur les drogues. Mais dans l'ensemble, ils animent des discussions qui portent sur les effets néfastes des drogues dans la vie quotidienne de l'étudiant, sur les solutions de rechange, et sur les ressources à l'école et dans la communauté.

Le rôle des jeunes éducateurs n'est pas de remplacer le professeur. Nous les formons afin qu'ils puissent animer des discussions et des activités autour du matériel du programme LES JEUNES AU POUVOIR.

b) La structure d'une leçon

Au cours de l'atelier de formation, les jeunes éducateurs auront l'occasion de pratiquer l'animation des différents éléments d'une leçon. La plupart des leçons du programme se déroulent de la façon suivante :

1. *Introduction :* Les jeunes éducateurs se présentent et parlent du contenu de la leçon en question.

2. *Information sur les drogues :* Cette partie de la leçon est basée sur les Feuilles d'information. Le matériel est adapté en fonction du niveau scolaire visé.

3. *Activité amusante :* Les étudiants ont l'occasion de renforcer leurs connaissances tout en s'amusant.

4. *Mise en situation :* Dans la plupart des leçons, les jeunes éducateurs se servent de situations concrètes pour amener les étudiants à faire face à un problème causé par l'usage des drogues.

5. *Discussion :* Toutes les leçons comprennent une discussion de groupe qui prend comme point de départ un conflit lié aux drogues que les étudiants doivent essayer de résoudre.

6. *Activité de suivi :* Plusieurs leçons se terminent avec une activité qui doit être revue plus tard par le professeur de la classe cible. Les jeunes éducateurs expliquent l'activité en question aux étudiants et précisent quand elle sera reprise par leur professeur.

7. *Conclusion :* Les jeunes éducateurs font un résumé de la leçon en se référant aux objectifs. À la fin de la dernière leçon, ils encouragent les étudiants à continuer de s'impliquer dans la prévention de l'abus des drogues.

c) Les outils d'animation

Dans la plupart des cas, les jeunes éducateurs auront besoin d'acétates, d'un tableau à feuilles mobiles (flipchart), et des copies de la documentation à distribuer. Il incombe à l'enseignant-conseil de s'assurer que ces outils sont préparés avant les leçons.

d) Les groupes de travail

Nous recommandons que les jeunes éducateurs divisent la classe cible en groupes de travail. Cela facilitera la participation de tout le monde. Les jeunes éducateurs peuvent diviser la classe eux-mêmes avant la première leçon ou ils peuvent demander au professeur de le faire. Dans tous les cas, il est préférable de consulter le professeur à l'avance.

Nous recommandons 4 ou 5 petits groupes de travail que les jeunes éducateurs peuvent composer de plusieurs manières. En voici quelques possibilités :

- transformer les rangées en groupes
- grouper les étudiants voisins
- grouper les étudiants en comptant "1,2,3,4,5". Tous les "1" forment un groupe, tous les "2" forment un autre groupe, et ainsi de suite.

Il se peut que certains professeurs déconseillent les groupes de plus de 2 personnes. Dans ce cas, les jeunes éducateurs demandent aux étudiants de travailler avec un voisin. Si le professeur déconseille même la création de paires, on peut faire les activités avec l'ensemble de la classe.

Le thème de chaque série de leçons

Chaque leçon du programme est basée sur un thème qui reflète les intérêts et les préoccupations des étudiants des différents niveaux visés. Les composantes de chaque leçon renforcent le thème.

a) "Toi, tes amis et ta famille" (5e année)

Deux leçons se concentrent sur la relation de l'étudiant avec sa famille et ses amis et sur comment les drogues pourraient affecter ces relations.

On commence la première leçon avec l'information sur les drogues, puis on demande aux étudiants de parler des choses qu'ils aimeraient faire dans l'avenir proche et de réfléchir aux effets possibles des drogues sur ces activités.

On commence la deuxième leçon avec un jeu qui sert de révision de l'information sur les drogues. Ensuite, on demande aux étudiants de réfléchir sur la situation d'un garçon qui devient de plus en plus obsédé par les jeux-vidéos, à tel point qu'il a besoin d'aide pour trouver d'autres formes de compagnie. On établit un parallèle entre le comportement de ce garçon et celui d'une personne qui commence à devenir dépendante d'une drogue. Ensuite on amène les étudiants à voir comment la compassion et l'écoute active peuvent aider quelqu'un qui est affecté par les drogues. Le but de la leçon n'est pas de faire un lien entre l'usage de l'ordinateur et l'usage des drogues, mais d'utiliser une situation qui n'a rien à voir avec les drogues comme déclencheur d'une discussion portant sur l'usage des drogues.

b) "C'est toi qui décides" (6e année)

Deux leçons se concentrent sur les espoirs de l'étudiant au sujet de l'avenir et sur la façon dont les drogues pourraient affecter ces rêves.

La première leçon commence avec l'information sur les drogues. Après une discussion portant sur certains éléments des Feuilles, les étudiants font un jeu pour renforcer ce qu'ils ont appris.

La deuxième leçon porte sur les décisions. Les étudiants examinent le processus qu'on suit quand on prend une décision. À l'aide de mises en situation, ils essaient d'arriver à une décision qui résoudrait le conflit impliqué dans chaque cas. L'accent est mis sur la responsabilité de l'individu et les conséquences du choix que l'individu fait.

c) "S'amuser sans drogues" (7e année)

Trois leçons se concentrent sur les choix qui s'offrent aux jeunes, les activités pour s'amuser sans drogues, et les effets que les drogues pourraient avoir sur ces activités.

La première leçon est consacrée à l'information sur les drogues. Une activité oblige les étudiants à utiliser leurs connaissances pour discuter d'un certain nombre de situations.

La deuxième leçon commence avec une mise en situation au sujet d'un nouvel étudiant dans une école. L'activité amène les étudiants à réfléchir aux choix qu'ils ont maintenant dans leur vécu et sur les conséquences de certains choix. La leçon se termine avec une discussion des solutions proposées dans la mise en situation.

La troisième leçon se concentre sur les façons de dire "non" aux drogues. Après une discussion générale, les étudiants tentent de résoudre des conflits découlant de certaines situations précises qui peuvent servir de déclencheurs de discussion ou de jeux de rôle.

d) "Tes gestes ont un effet" (8e année)

Les 3 leçons dans cette série portent sur l'effet de nos décisions sur les gens qui nous entourent. L'important est d'avoir un effet positif.

Après avoir révisé l'information sur les drogues et examiné le thème des leçons, les étudiants participent à un jeu qui renforce leurs acquis.

Dans la deuxième leçon, on amène les étudiants à réfléchir aux gestes positifs qu'ils pourraient poser dans leur entourage. Une activité fait ressortir l'idée qu'il faut accepter la responsabilité de nos actes et qu'il faut faire connaître nos décisions. Il y a une mise en situation qui encourage les étudiants à penser aux façons d'aider quelqu'un à accepter la responsabilité de ses choix.

Dans la troisième leçon on reprend le thème "Tes gestes ont un effet". Au moyen de mises en situation — qui peuvent servir soit d'improvisations, soit de déclencheurs de discussions — on encourage les étudiants à voir comment ils pourraient aider un ami d'une façon positive.

e) "Des solutions, nous en avons" (9e année)

Le but de cette série de 3 leçons est d'encourager les étudiants à faire des activités de suivi pour sensibiliser à l'abus des drogues.

La première leçon reprend l'information sur les drogues. Une activité renforce les connaissances acquises.

La deuxième leçon commence avec une discussion sur comment quelqu'un peut aider un étudiant affecté directement ou indirectement par les drogues. On amène les étudiants à penser au soutien personnel qu'ils pourraient offrir et aux ressources à l'école et dans la communauté. On encourage les étudiants à parler de leurs expériences d'aide et de réfléchir aux effets de leurs gestes.

Dans la troisième leçon, on examine les questions concernant les drogues dans la société. À l'aide de mises en situation, les étudiants doivent penser aux façons d'éliminer les drogues de la cour de l'école, et sur les activités de suivi au sujet de la prévention des drogues. Les discussions et la résolution de problèmes sont les techniques d'apprentissage utilisées dans cette leçon.

LE MANUEL DE
L'ATELIER DE FORMATION

Le manuel de l'atelier de formation

Table des matières :

- **Introduction** 2
- **Le choix d'un local** 3
- **Le matériel** 3
- **L'ordre du jour** 4

1. **La bienvenue** 5
   - *introduction*
   - *ordre du jour*
2. **Présentations** 6
   - *les équipes de travail*
   - *chaque équipe choisit un nom*
3. **Information sur les drogues : révision et mise à jour** . 7
4. **Techniques d'animation** 8
   - *communication efficace*
   - *pratique*
5. **Les Leçons** 10
   - *thèmes*
   - *outils d'animation*
   - *étapes d'une leçon*
6. **Les équipes de travail** 13
   - *préparation d'une leçon*
   - *animation d'une leçon*
   - *préparation et pratique*
7. **Le jeune éducateur et sa classe** 16
   - *À quoi faut-il s'attendre?*
   - *le travail d'équipe*
8. **Le jeune éducateur et les ressources d'aide** 17
9. **Plan d'action et conclusion** 18
10. **Annexe : fiches destinées aux jeunes éducateurs** 19
    - *conseils pratiques sur la communication efficace*
    - *activité sur les messages non verbaux*
    - *comportements typiques*
    - *situations difficiles qui pourraient se présenter*

Le manuel de l'atelier de formation

Ce manuel s'adresse aux personnes qui animent l'atelier de formation et aux enseignants-conseils.

Introduction

Les leçons du programme LES JEUNES AU POUVOIR sont basées sur une approche qui encourage la participation active des étudiants. Nous suivons la même approche dans l'atelier de formation afin que les jeunes éducateurs puissent se familiariser avec les techniques d'animation appropriées. Il est important que les jeunes éducateurs comprennent que les activités d'apprentissage auxquelles ils participeront au cours de la formation sont les mêmes qu'ils utiliseront dans leurs leçons.

L'atelier prévoit 10 heures d'entraînement plus les pauses-santé et les repas. L'atelier peut se donner en une journée ou en deux journées consécutives. Les objectifs du programme et les avantages et les inconvénients de ces deux formules sont expliqués dans LE GUIDE DE L'ENSEIGNANT-CONSEIL.

Un local

Nous recommandons un local qui permet aux participants de travailler ensemble et en petits groupes. De préférence, il faudrait une grande salle communautaire. Sinon, un local ayant une salle assez grande et plusieurs salles contiguës conviendrait. Il est préférable que les participants mangent sur place donc il faudrait un local avec une cuisine. Un local autre qu'une école renforcera l'esprit de groupe.

Le matériel

Voici la liste du matériel nécessaire pour animer l'atelier de formation :

- tableau à feuilles mobiles (flipchart); acétates pour le rétroprojecteur; marqueurs
- papier et crayons pour tous les participants; papier bristol pour des groupes qui aimeraient faire des affiches
- copies des Leçons appropriées
- copies des Feuilles d'information
- copies des Annexes appropriées
- tables et chaises pour les équipes de travail (1 table pour chaque groupe de 5 ou 6 étudiants) et assez de chaises pour tous les participants.

L'ordre du jour

Nous proposons l'ordre du jour suivant. Il va sans dire qu'en tant que formateur, vous pouvez l'adapter selon les besoins des écoles ou des participants. Dans les pages qui suivent, nous décrivons les objectifs et le déroulement des activités de l'atelier de formation. La durée proposée pour les différentes activités peut être adaptée en fonction du groupe.

1. **LA BIENVENUE** *(15 minutes)*
   - Introduction
   - Ordre du jour

2. **PRÉSENTATIONS** *(45 minutes)*
   - Les équipes de travail
   - Chaque équipe choisit un nom

3. **INFORMATION SUR LES DROGUES** *(60 minutes)*

4. **TECHNIQUES D'ANIMATION** *(60 minutes)*
   - Communication efficace
   - Pratique

5. **LES LEÇONS** *(60 minutes)*
   - Thèmes
   - Matériel
   - Étapes d'une leçon : introduction, information sur les drogues, activité amusante, mise en situation, discussion, activité de suivi et conclusion

6. **LES ÉQUIPES DE TRAVAIL**
   - I: préparation d'une leçon *(45 minutes)*
   - II: animation d'une leçon *(90 minutes)*
   - III: préparation et pratique *(120 minutes)*

7. **LE JEUNE ÉDUCATEUR ET SA CLASSE** *(45 minutes)*
   - À quoi faut-il s'attendre?
   - Le travail d'équipe

8. **LE JEUNE ÉDUCATEUR ET LES RESSOURCES D'AIDE** *(30 minutes)*

9. **PLAN D'ACTION ET CONCLUSION** *(30 minutes)*

ANNEXE

- techniques d'animation
- activité de communication
- attitudes et comportements typiques selon le niveau scolaire
- situations difficiles qui pourraient se présenter

Durée de l'atelier : 10 heures (sans compter les pauses ou les repas)

1. LA BIENVENUE

Objectifs :

- Présenter les formateurs aux étudiants et souhaiter la bienvenue aux étudiants et aux enseignants-conseils
- Présenter l'ordre du jour
- Amener le groupe à penser au sens du nom du programme : LES JEUNES AU POUVOIR

Déroulement :

a) Introduction (5 minutes)

- Les étudiants sont assis en demi cercle, sans tables. Les tables seront réservées pour le travail en petits groupes.
- Les enseignants-conseils se présentent et présentent les formateurs aux étudiants.
- Les enseignants-conseils expliquent les règles de base de l'atelier en soulignant que le programme et l'atelier ont été conçus pour que les jeunes apprennent par l'expérience. Les équipes de travail seront formées d'étudiants qui travailleront ensemble dans les classes cibles. Le succès de l'atelier dépendra de la participation active de tout le monde.

b) L'ordre du jour (10 minutes)

- En tant que formateur(s), distribuez et révisez l'ordre du jour. Demandez s'il y a des questions. Encouragez les étudiants à ajouter des éléments en fonction de leurs attentes au sujet de l'atelier.
- Remerciez les enseignants-conseils du temps et de l'énergie qu'ils ont consacrés à la mise en oeuvre du programme. Soulignez l'importance de leur participation active à l'atelier.

2. PRÉSENTATIONS

Objectifs :

- Présenter les différents groupes de jeunes éducateurs les uns aux autres *(nous appelons un groupe les 2 ou 3 étudiants qui animent ensemble une série de leçons à un niveau scolaire précis)*
- Constituer les équipes de travail à partir de 3 groupes d'étudiants
- Encourager les étudiants à concevoir et à présenter les messages qu'ils aimeraient communiquer aux classes cibles
- Renforcer l'esprit de corps des jeunes éducateurs

Déroulement :

a) Les équipes de travail (15 minutes)

- Demandez aux jeunes éducateurs de s'asseoir à côté du (des) camarade(s) avec qui ils vont animer des leçons.
- Demandez à chaque petit groupe de se présenter au grand groupe. Chaque étudiant se fait présenter par un des camarades de son petit groupe. Dans la présentation, le camarade donne le nom de l'étudiant et de son école ainsi que quelques détails personnels.
- A mesure que les étudiants se présentent, vous inscrivez les noms au tableau. Ensuite, vous composez une équipe de travail à partir de 3 petits groupes. S'il y a plusieurs écoles représentées, assurez-vous qu'une équipe de travail n'est pas composée uniquement des étudiants de la même école. Chaque équipe de travail comprend 3 petits groupes, donc entre 6 et 9 étudiants.
- Nommez les membres des différentes équipes de travail et désignez l'endroit où chaque équipe peut travailler. Donnez les consignes pour l'activité qui suit.

b) Chaque équipe choisit un nom (30 minutes)

Le but de cette activité est de renforcer l'esprit de corps tout en mettant les étudiants à l'aise.

- Demandez aux étudiants (1) d'inventer un nom pour leur équipe; (2) de penser à un message sur la sensibilisation à l'abus des drogues qu'ils aimeraient communiquer aux élèves plus jeunes; et (3) de penser à une méthode originale pour transmettre ce message (un sketch, une chanson rap, un poème, une affiche, etc.). Encouragez-les à donner libre cours à leur créativité. Que l'imagination règne!
- Expliquez aux équipes qu'elles auront entre 5 et 10 minutes pour compléter ces tâches.
- Demandez à chaque équipe de présenter, à tour de rôle, son message au grand groupe.
- Inscrivez le nom de chaque équipe au tableau pour que tout le monde puisse le voir.

3. INFORMATION SUR LES DROGUES

Objectifs :

- Réviser les Feuilles d'information
- Répondre aux questions des étudiants
- Fournir une mise à jour de l'information

Déroulement :

Les Feuilles d'information (60 minutes)

- Révisez les Feuilles d'information : la terminologie, les risques, les catégories (stimulants, dépresseurs, perturbateurs), et les ressources d'aide et de consultation qui existent à l'école et dans la communauté.

- Rappelez aux étudiants que vous examinerez en détail la question des ressources à la fin de l'atelier (Voir Section 8 : Le jeune éducateur et les ressources d'aide).

- Vous pouvez adapter les activités d'apprentissage décrites dans les Feuilles d'information selon les intérêts et les habiletés du groupe.

- Soyez prêt à répondre aux questions. Les étudiants voudront peut-être plus de détails sur des substances dans l'actualité : les stéroïdes, le crack, la cocaïne, etc.

- Si vous n'avez pas le temps de répondre à toutes les questions, vous pouvez suggérer que les enseignants-conseils invitent une personne-ressource (policier, pharmacologue, représentant de la Commission de la toxicomanie) à une de leurs rencontres de formation. Les bureaux régionaux du Service de la toxicomanie et le ministère de l'Éducation peuvent fournir des documents écrits et audio-visuels.

- Après avoir révisé les Feuilles d'information, vous pouvez adapter l'emploi du temps pour inclure une personne-ressource. La présence de cette personne dans l'atelier favorise le dialogue entre l'école et la communauté. Cependant, son exposé ne doit pas remplacer votre survol du matériel du programme LES JEUNES AU POUVOIR.

4. TECHNIQUES D'ANIMATION

Objectifs :

- Partie théorique : parler de la communication efficace
- Partie pratique : animer des activités de groupe portant sur : les consignes; la période de questions; la communication verbale et non verbale; l'écoute active

Déroulement :

a) Communication efficace (30 minutes)

- Révisez le matériel en annexe en soulignant l'importance du contenu d'une leçon ainsi que de l'apparence et du comportement non verbal des animateurs.
- Servez-vous d'exemples précis tirés des leçons pour illustrer les détails verbaux et non verbaux qui peuvent affecter la communication : parlez à voix haute et à voix basse pour faire comprendre l'importance du volume et de l'articulation; donnez des consignes en mâchant de la gomme pour montrer comment cela peut nuire à la communication efficace; portez un accessoire très voyant pour montrer comment les vêtements peuvent affecter la transmission d'un message.

b) Pratique (30 minutes)

- i) Faites un exercice pour illustrer l'importance de messages verbaux et non verbaux. Demandez à chaque étudiant de dire "ah" pour exprimer les différentes émotions indiquées dans l'annexe.

Le ton et le langage gestuel influencent le message.

- ii) Faites un exercice pour illustrer l'importance de la clarté lorsqu'on donne des consignes. Par exemple, demandez à un volontaire de vous expliquer comment mettre des lunettes. Son explication doit être verbale seulement, donc aucun geste, aucune aide visuelle. Vous pouvez faire semblant de ne pas comprendre pour forcer l'étudiant à clarifier ses directives.

Expliquez aux étudiants que lorsqu'ils animent leurs leçons, ils doivent toujours s'assurer que leurs instructions sont claires et que tout le monde les a comprises.

- iii) Faites un exercice pour montrer que la communication efficace n'est pas à sens unique. L'activité suivante souligne l'importance de l'écoute active et de la clarté pendant une période de questions.
    - Demandez aux étudiants de choisir un partenaire. Distribuez une feuille de papier et un crayon à tout le monde.

- Demandez aux partenaires de s'asseoir en se tournant le dos et de garder cette position pendant toute l'activité. Dites-leur qu'ils auront 3 minutes pour dessiner quelque chose. Il s'agit de faire un dessin très simple de quelque chose qu'on aime ou même d'une forme géométrique quelconque. L'essentiel est de ne pas montrer le dessin à son partenaire.

- Demandez à chaque étudiant de retourner sa feuille et de faire le dessin de son partenaire en suivant ses instructions verbales. On ne doit pas regarder le travail de l'autre et on doit procéder à l'aide de questions et réponses seulement. Donc, il s'agit d'écouter attentivement et de formuler des questions et des réponses claires. Les partenaires travaillent à tour de rôle, et font donc un dessin à la fois.

- À la fin de l'activité, soulignez les points suivants :

- **Donner des consignes claires est un élément essentiel de la communication.** En tant que jeunes éducateurs, les étudiants auront souvent l'occasion de donner des directives et de demander aux élèves de travailler en petits groupes.

- **L'écoute active est un autre élément important de la communication.** L'activité que les étudiants viennent de compléter aurait été beaucoup plus facile s'ils avaient pu se faire face et voir le dessin de leur partenaire. L'activité rappelle l'importance du visuel.

- **Savoir écouter est important aussi bien dans la salle de classe que dans la vie de tous les jours.** Demandez aux étudiants de pratiquer l'écoute active lorsqu'ils sont avec leurs amis ou les membres de leur famille. L'écoute active implique l'écoute de messages verbaux et non verbaux. Rappelez aux étudiants que souvent on peut venir en aide à un ami ou une amie en difficulté simplement en prêtant une oreille sympathique. Les jeunes éducateurs peuvent toujours écouter attentivement et suggérer des personnes ou des organismes-ressources. En pratiquant l'écoute active, ils peuvent servir de modèles dans leur entourage.

5. LES LEÇONS

Objectifs :

- Réviser les différentes étapes d'une leçon du ou des niveaux appropriés : introduction, information sur les drogues, activité amusante, mise en situation, discussion, activité de suivi, conclusion
- Expliquer comment animer ces différentes étapes

Déroulement :

Lorsque vous révisez les différentes étapes d'une leçon, référez-vous à des exemples précis tirés des leçons que les participants vont animer.

a) Thèmes (10 minutes)

- Inscrivez les thèmes appropriés au tableau ou au rétroprojecteur. Puis animez une discussion sur la signification de ces thèmes.
- Demandez aux équipes de travail de parler de ce que ces thèmes leur disent et des moyens qu'ils utiliseraient pour communiquer ces thèmes (affiche, acétate, etc.). Voici les thèmes selon les niveaux visés :
  - 5e année : Toi, tes amis et ta famille
  - 6e année : C'est toi qui décides
  - 7e année : S'amuser sans drogues
  - 8e année : Tes gestes ont un effet
  - 9e année : Des solutions, nous en avons

b) Outils d'animation (10 minutes)

- Dans la plupart des cas, les étudiants animeront leurs leçons à l'aide d'un tableau à feuilles mobiles, des acétates pour le rétroprojecteur, des documents écrits, des cartes, d'une boîte et d'autres accessoires. Il faut donc vous assurer qu'ils savent comment préparer et employer ces aides visuelles.

- Rappelez aux étudiants qu'il faut toujours vérifier leurs outils d'animation avant de commencer leur leçon et avant d'entrer dans la salle de classe.

c) Étapes d'une leçon (40 minutes)

Révisez les étapes d'une leçon en vous concentrant sur les méthodes d'animation appropriées. Faites une démonstration de chaque étape avec l'aide d'une autre personne (un représentant du Service de la toxicomanie, un enseignant-conseil ou un étudiant volontaire). Il faudrait un peu de préparation à l'avance en ce qui concerne l'activité amusante et la mise en situation.

■ Introduction

Il importe que les jeunes éducateurs fassent une bonne impression dès le commencement de leur leçon. Il faut donc leur montrer comment se présenter lorsqu'ils rencontrent leur classe pour la première fois. Il faut aussi leur montrer comment présenter le thème principal de chaque leçon. Lors de leur première leçon, les étudiants doivent donner les règles de base en soulignant l'importance de la confidentialité (autrement dit, "ce qui se dit dans le groupe reste dans le groupe"). Ils doivent aussi mentionner les ressources d'aide et de consultation qui existent à l'école et dans la communauté.

■ Information sur les drogues

Quel que soit le niveau visé, il y a une révision de l'information sur les drogues lors de la première leçon. Il faut montrer aux étudiants comment couvrir le matériel tout en laissant assez de temps pour des questions. S'ils se trouvent dans une situation où le temps ne leur permet pas de répondre à toutes les questions, ils peuvent toujours demander aux élèves de les écrire. De cette façon ils peuvent recueillir les questions à la fin de la classe afin d'y répondre la prochaine fois, ou les donner au professeur ou à une personne-ressource.

■ Activité amusante

Cette étape de la leçon permet aux jeunes éducateurs de réviser l'information sur les drogues sans donner l'impression qu'il s'agit d'un contrôle de connaissances. Il faut montrer aux étudiants comment donner des consignes et comment faire un résumé à la fin de l'activité.

■ Mise en situation

Dans la plupart des leçons, les jeunes éducateurs animent une activité basée sur une situation concrète. Il faut qu'ils sachent comment présenter ou animer la situation, et comment conclure l'activité.

■ Discussion

Toutes les leçons du programme comprennent des discussions qui relient les activités au vécu des étudiants. Les jeunes éducateurs doivent donc apprendre à présenter le sujet d'une discussion et à demander aux porte-parole de résumer la discussion de leur petit groupe. Les jeunes doivent aussi apprendre à gérer le temps pour que chaque groupe ait l'occasion de faire entendre ses conclusions. Une partie de l'animation d'une discussion consiste aussi à résumer les commentaires et à encourager les contributions positives.

■ Activité de suivi

Plusieurs leçons se terminent avec une activité qui doit être revue plus tard par le professeur de la classe cible. Les jeunes éducateurs ne font pas une activité qui exige un suivi sans avoir consulté le professeur au préalable. Ils doivent donc apprendre à expliquer le but de l'activité et à préciser quand elle sera revue par le professeur. Les activités de suivi prolongent la sensibilisation à l'abus des drogues et la placent dans le programme scolaire.

■ Conclusion

Chaque leçon comprend une conclusion qui révise les objectifs et qui fait un lien avec la prochaine leçon. Il faut que les jeunes éducateurs apprennent à conclure une leçon d'une manière efficace. Dans le cas de la dernière leçon d'une série, quel que soit le niveau visé, les étudiants doivent suggérer des activités pour continuer la sensibilisation à l'abus des drogues au-delà du programme LES JEUNES AU POUVOIR. Il est important que les jeunes éducateurs remercient les étudiants et le professeur de leur temps et de leur participation.

6. LES ÉQUIPES DE TRAVAIL

I. Préparation d'une leçon (45 minutes)

Objectifs :

- Permettre aux membres de chaque équipe de se connaître
- Faire comprendre le processus du travail d'équipe au niveau de la planification et de l'animation des leçons

Déroulement :

Invitez les équipes à regagner leur espace de travail. Demandez à chaque équipe de préparer une leçon précise du programme que vous leur assignez. Puisque chaque équipe se compose de 3 groupes de 2 ou 3 étudiants, vous pouvez répartir les différentes étapes de la leçon de la façon suivante :

- Groupe 1 : Introduction, Activité de suivi, Conclusion
- Groupe 2 : Information sur les drogues, Activité amusante
- Groupe 3 : Mise en situation, Discussion

Dites aux groupes combien de temps ils auront pour préparer les étapes de la leçon qui leur ont été assignées. Chaque groupe doit faire un exposé de 15 minutes pour expliquer ses plans de travail à toute l'équipe. Rappelez aux étudiants d'essayer de mettre en pratique ce qu'ils viennent d'apprendre au sujet des méthodes de communication. Le ou les enseignants-conseils peuvent surveiller cette activité afin de venir en aide aux petits groupes, si nécessaire.

Cette partie de l'atelier de formation permet aux étudiants de partager leurs idées et de se familiariser avec le contenu précis d'une leçon.

II. Animation d'une leçon (90 minutes)

Objectifs :

- Donner à chaque équipe l'occasion d'animer les différentes étapes d'une leçon devant l'ensemble des participants
- Encourager un échange de commentaires sur l'utilisation des différentes techniques d'animation

Déroulement :

Les 3 groupes de chaque équipe animent leur leçon devant l'ensemble des participants en suivant l'ordre logique des différentes étapes. Donc, le groupe qui ouvre la leçon fait la conclusion. Chaque équipe aura 15 minutes pour animer sa leçon.

À la fin de chaque leçon, demandez aux autres étudiants de faire des commentaires sur l'efficacité des techniques d'animation que leurs camarades ont utilisées. Demandez aussi aux enseignants-conseils et à d'autres personnes-ressources de donner leur feedback. Cet examen critique constitue un élément important du processus d'apprentissage. Encouragez les étudiants à parler de leurs impressions pendant qu'ils animaient la leçon.

III. Préparation et pratique (120 minutes)

Quoique les parties I et II de cette section constituent des éléments obligatoires de la formation, la partie III, composée d'une série d'activités, ne peut se faire que dans un atelier qui dure au moins 8 heures. Idéalement cette série d'activités se déroule sans aucune pause. Il faudra un total de 120 minutes : 30 minutes pour la préparation et 90 minutes pour la pratique et les discussions. Dans certaines circonstances, un enseignant-conseil pourrait faire cette série d'activités lors d'une rencontre de formation après l'atelier.

Objectifs :

- Donner aux équipes l'occasion de préparer et d'animer les 2 ou 3 leçons destinées à un niveau scolaire précis.
- Poursuivre la formation pratique des jeunes éducateurs.

Déroulement :

- Donnez à chacun des 3 groupes dans une équipe une leçon visant un niveau précis. Par exemple, vous assignez à un groupe la Leçon 1, à un deuxième groupe la Leçon 2, et à un troisième groupe la Leçon 3 (dans le cas de la 7e, 8e ou 9e année) ou une des 2 leçons dans le cas de la 5e et 6e année.

- Expliquez aux groupes qu'ils auront 30 minutes pour préparer 2 ou 3 étapes de leur leçon afin de faire une présentation devant tous les participants. Les groupes ne sont pas tenus d'animer une leçon entière.

- Invitez les groupes à regagner leur espace de travail et à l'aménager comme une petite salle de classe. Ces espaces de travail ne doivent pas être trop rapprochés, autrement les équipes risquent de se déranger.

- Le premier groupe anime les éléments choisis de sa leçon devant les 2 autres groupes qui font partie de l'équipe. Il s'agit donc d'une simulation d'une leçon avec animateurs et "élèves".

- Circulez d'une équipe à l'autre pour donner de l'aide si nécessaire. Les enseignants-conseils et les autres personnes-ressources peuvent donner un coup de main aussi.
- Après que le premier groupe a animé sa leçon, tous les membres

de l'équipe prennent 5 minutes pour discuter de l'efficacité de la présentation. Les animateurs partagent leur évaluation de leur propre travail. Il s'agit d'une petite session d'échanges constructifs.

- Après cette discussion qui se passe à l'intérieur de chaque équipe, rassemblez tous les participants. Maintenant, demandez à chaque équipe de dire comment l'animation de la leçon s'est déroulée en faisant ressortir le point de vue des animateurs et le point de vue de la "classe". Encouragez les questions et les commentaires de tout le monde. Le but de ce processus critique est d'aider les équipes à perfectionner leurs techniques d'animation.

- Cette activité se passe en trois temps: l'animation de quelques étapes d'une leçon, la discussion en petit groupe et la discussion en grand groupe. La durée de l'activité ne doit pas dépasser 30 minutes.

- Vous suivez le même déroulement pour le deuxième et le troisième groupe qui animent, à tour de rôle, quelques étapes de leur leçon respective. Autrement dit, l'activité se répète 3 fois.

7.
LE JEUNE ÉDUCATEUR ET SA CLASSE

Objectifs :

- Donner aux jeunes éducateurs quelques notions générales du développement et du comportement des étudiants aux différents niveaux scolaires visés.
- Encourager l'esprit d'équipe à l'aide de situations concrètes

Déroulement :

a) À quoi faut-il s'attendre? (20 minutes)

- Donnez un survol du comportement typique des étudiants en 5e, 6e, 7e, 8e et 9e année. Concentrez-vous sur les aspects du comportement qui pourraient affecter l'animation des leçons aux différents niveaux. Vous trouverez un résumé des comportements dans l'annexe.

b) Le travail d'équipe (25 minutes)

Cette activité permet aux participants de comprendre l'importance du travail d'équipe en faisant face aux ***situations difficiles*** qui pourraient se présenter dans la salle de classe.

- Faites une démonstration d'une des situations difficiles décrites dans l'annexe en proposant des solutions possibles et en écrivant au tableau le travail d'équipe suggéré.

- Donnez à chaque équipe une ou plusieurs des situations difficiles décrites dans l'annexe. Demandez aux équipes de prendre 5 minutes pour discuter des situations qui leur ont été assignées et de penser à ***des méthodes concrètes pour résoudre les problèmes***.

- Maintenant demandez à un porte-parole de chaque équipe de présenter les méthodes choisies à l'ensemble des participants. Inscrivez les méthodes au tableau. Apportez vos propres suggestions et demandez aux enseignants-conseils de faire de même. En inscrivant les solutions possibles, vous centrez la discussion et, par la même occasion, vous montrez comment animer une activité qui comprend une tâche, une discussion, un partage d'information et un résumé des résultats.

8. LE JEUNE ÉDUCATEUR ET LES RESSOURCES D'AIDE

Objectifs :

- Revoir les ressources communautaires qui peuvent aider une personne touchée par un problème lié aux drogues.
- Discuter de façons dont les jeunes éducateurs peuvent continuer leur travail de sensibilisation et de prévention au-delà du programme

Déroulement :

La liste des ressources (30 minutes)

- Regardez ensemble une liste des ressources qui existent à l'école et dans la communauté.
- Vous pouvez demander aux jeunes éducateurs d'ajouter d'autres noms et d'autres numéros de téléphone. Ils peuvent donner une copie de la liste à tous les étudiants dans la classe qu'ils rencontrent et à tout étudiant qui s'adresse à eux et qui est touché directement ou indirectement par les drogues.

Toutes les leçons du programme comprennent une discussion des ressources qui existent à l'école et dans la communauté. Donc, il est très important que les jeunes éducateurs aient une liste des noms et des numéros de téléphone appropriés.

- Afin d'encourager une prolongation du travail de sensibilisation à l'abus des drogues, suggérez quelques activités que les jeunes éducateurs pourraient organiser au cours de l'année. Vous pouvez aussi demander aux équipes de travail de discuter d'activités possibles, puis de partager ces idées avec tout le groupe par l'intermédiaire d'un porte-parole. Ou encore, vous pouvez animer une discussion avec tous les participants. Vous pouvez suggérer des activités en collaboration avec des associations et groupements scolaires et communautaires, avec la police, et avec le Service de la toxicomanie.
- Écrivez au tableau les différentes suggestions proposées, pour que les jeunes éducateurs puissent les prendre en note. Demandez aux enseignants-conseils d'encourager les jeunes éducateurs à concrétiser un certain nombre de ces suggestions.

9. PLAN D'ACTION ET CONCLUSION

Objectifs :

- Finaliser le plan de la mise en oeuvre du programme
- Conclure l'atelier de formation

Déroulement :

Détails pratiques (20 minutes)

- Consultez les enseignants-conseils au sujet d'une stratégie pour la mise en oeuvre du programme dans les différentes classes visées. Demandez aux participants de se regrouper selon leur école. Discutez des points suivants :
  - la date, l'heure et le lieu de la prochaine rencontre de formation
  - la date, l'heure et le lieu où les jeunes éducateurs animeront leurs leçons
  - détails concernant la préparation des leçons et les activités de suivi qui impliquent la participation des professeurs des classes cibles
  - consultation avec les professeurs des classes cibles au sujet des problèmes de comportement possibles, de la meilleure manière de diviser la classe, de la présence obligatoire du professeur pendant les leçons
  - la date, l'heure et le lieu de la prochaine rencontre de chaque petite équipe de jeunes éducateurs

Conclusion (10 minutes)

- Remerciez les étudiants et les enseignants-conseils de leur participation au programme et de leur engagement.
- Répondez aux questions et donnez les clarifications nécessaires.
- Dressez une liste complète des jeunes éducateurs et des adresses de leurs écoles et des écoles visées.

Après que les jeunes éducateurs ont animé les leçons du programme LES JEUNES AU POUVOIR, ils recevront un certificat de reconnaissance du Service de la toxicomanie. D'autres associations communautaires ou régionales pourraient aussi reconnaître d'une façon formelle la contribution des jeunes éducateurs.

1. CONSEILS PRATIQUES SUR LA COMMUNICATION EFFICACE

■ La gomme

On vous entend moins bien si vous mâchez de la gomme. En plus, si le jeune éducateur mâche de la gomme, les étudiants pourraient demander le même privilège.

■ Ramener l'attention du groupe

Il est parfois difficile de ramener l'attention de toute la classe lors des discussions en petits groupes. Pour faciliter la tâche, vous pouvez prévenir la classe avant de commencer la leçon que vous allez arrêter les discussions au moyen d'une cloche, en levant la main ou en disant à haute voix "Votre attention, s'il vous plaît". *Il ne faut pas essayer de poursuivre la leçon avant que toute la classe soit tranquille.*

Si les étudiants ne font pas attention et ne vous écoutent pas, arrêtez-vous et rappelez-leur qu'ils seront interrogés sur la leçon.

■ Un débit trop rapide

Quand on est nerveux, on parle souvent plus vite que d'habitude. Pour communiquer d'une façon efficace, il faut donc parler lentement en soulignant les points importants. *Surveillez l'heure afin de vous assurer que la leçon progresse à un bon rythme.* Ajustez votre débit, si nécessaire.

■ Parler assez fort

Quand on parle devant un groupe, il faut parler plus fort que d'habitude. *Pour vérifier le volume de votre voix, demandez à un étudiant au fond de la salle s'il vous entend bien.* Vous pouvez aussi demander à votre coanimateur de se placer au fond de la salle et de vous dire si vous parlez assez fort.

■ Le ton

La façon dont on communique un message est aussi importante que le contenu du message. Donc, il faut s'entraîner à accentuer les mots et les phrases les plus importants. Soyez naturel.

Il faut éviter de vous servir du jargon lié aux drogues ou de répéter souvent les mêmes sons ou les mêmes expressions, comme "tu sais", "hem" ou "euh".

■ Établir un contact visuel

Il est important de regarder les étudiants dans les yeux. Essayez d'établir un contact visuel avec des étudiants assis dans différents coins de la salle. C'est un moyen de garder l'attention de tout le groupe. Les gens se sentent inclus quand vous les regardez dans les yeux.

Lorsqu'un étudiant vous pose une question, regardez-le dans les yeux. De cette façon, vous montrez que vous écoutez attentivement ce qu'il dit. *Lorsqu'un des étudiants fait une remarque ou pose une question, il faut toujours réagir d'une façon positive* en disant quelque chose comme "C'est une bonne idée" ou "Merci de ta question" ou "Merci d'avoir soulevé ce point". C'est une façon de reconnaître la contribution de quelqu'un.

■ Se tenir debout

Si possible, il faut rester debout pendant toute la classe. Essayez de ne pas vous balancer ou de sauter d'un pied à l'autre. Il ne faut pas vous asseoir sur le bureau du professeur.

■ Les gestes

Les gestes aident la communication, mais n'oubliez pas que trop de gestes ou des gestes exagérés pourraient distaire les étudiants.

Si un étudiant lève la main, vous pouvez inviter sa question ou sa remarque en l'indiquant du doigt ou en l'appelant par son nom.

■ Circuler dans la salle

Essayez de ne pas rester cloué à la même place pendant toute la leçon. *Utilisez l'espace de la salle.* Changez de place, servez-vous du tableau et du rétroprojecteur et circulez parmi les étudiants pendant les discussions de groupe. Rapprochez-vous de l'étudiant qui fait une remarque ou qui répond à une question. De cette façon vous montrez que vous êtes abordable.

Les coanimateurs ne devraient pas se tenir ensemble. Si vous vous placez dans différents endroits dans la salle, vous aurez un meilleur contrôle de la classe.

■ Écouter ce que les étudiants disent

Lorsqu'un étudiant fait une remarque ou répond à une question, écoutez ce qu'il dit. Laissez-le terminer et montrez votre intérêt en le regardant dans les yeux quand il parle. Réagissez d'une façon positive à son intervention. *Prenez le temps d'écouter toutes les questions et de les répéter pour toute la classe.*

■ Des tics nerveux

Parfois quand on est nerveux, on a des tics comme se ronger les ongles ou jouer avec ses cheveux ou avec ses vêtements. Ces gestes peuvent nuire à la communication. Si vous remarquez des tics ou des manies chez votre coanimateur, vous devez les lui signaler en privé.

■ L'attitude

Votre attitude à l'égard de la leçon, des étudiants et de leur école est très importante. *Il faut montrer aux étudiants que vous croyez au message que vous transmettez et que vous respectez leurs opinions.*

Donnez de l'information précise et assurez-vous que tout le monde vous a compris. Évitez de faire des remarques ou des gestes négatifs. En coopérant d'une façon active avec votre coanimateur, vous montrez votre respect mutuel.

■ Comment s'habiller

Soyez propre. Vous n'êtes pas obligé d'être chic, d'ailleurs vous ne voulez pas que les étudiants soient plus attirés par vos vêtements que par le contenu de la leçon. *Il faut éviter de porter des vêtements ou des accessoires qui font la promotion de l'alcool ou des drogues.*

■ La communication verbale et non verbale

N'oubliez pas que le langage corporel peut donner une indication des vrais sentiments de quelqu'un. Quelquefois un étudiant peut vous poser une question neutre ou détachée sur les drogues alors qu'en fait il est très préoccupé par un problème de drogues. Si vous croyez qu'un étudiant est en train d'essayer de vous dire quelque chose au sujet d'un problème mais qu'il n'ose pas être plus précis devant ses camarades, trouvez un moyen de lui parler après la classe. Vous pourriez dire quelque chose comme : "Je pourrais te donner une réponse plus complète tout à l'heure, peux-tu me voir après la classe?" *Les jeunes éducateurs reçoivent une formation d'animateurs et non de conseillers. Donc, il est important de connaître les ressources de consultation ou d'entraide à l'école et dans la communauté. Écoutez attentivement et soyez prêt à référer les étudiants à ces ressources.*

Soyez conscient des messages non verbaux que vous transmettez. Par exemple, si vous ne regardez pas attentivement un étudiant qui vous parle, vous pourriez donner l'impression que ce qu'il dit ne vous intéresse pas.

2. ACTIVITÉ SUR LES MESSAGES NON VERBAUX

Prononcez le son **"ah"** de sorte que vous transmettiez les messages suivants :

- Ça me fait mal!
- Que c'est bon!
- Et alors?
- Franchement, tu exagères!
- Attention!
- C'est vrai?

3. LE JEUNE ÉDUCATEUR ET SA CLASSE : À QUOI FAUT-IL S'ATTENDRE?

Vous trouverez ci-dessous une description du développement social et des habiletés d'apprentissage des étudiants en fonction de leur âge et leur niveau scolaire. Il s'agit d'une description générale qui ne s'applique pas nécessairement à chaque étudiant. En tant que jeune éducateur, vous serez peut-être obligé d'adapter vos leçons en fonction des besoins de la classe et de tenir compte des étudiants ayant des besoins spéciaux. Le professeur pourra vous donner des conseils.

■ 5e année (de 10 à 11 ans)

À cet âge, l'étudiant est capable de comprendre des idées concrètes et de se servir de ses expériences dans le passé pour choisir ce qu'il doit faire. À ce stade de son développement, sa capacité de comprendre des idées abstraites reste limitée. En général, l'étudiant de cet âge est influencé en premier lieu par sa famille et en deuxième lieu par ses amis.

■ 6e année (de 11 à 12 ans)

À cet âge, l'étudiant est capable de solutionner des problèmes et de prendre des décisions en fonction de situations concrètes. Il développe un sentiment de loyauté intense. Il commence aussi à s'intéresser à son avenir.

■ 7e année (de 12 à 13 ans)

À cet âge, l'étudiant est capable de reconnaître les causes et les effets d'une action. Il est aussi capable de prendre une certaine responsabilité pour ses actes. À ce stade de son développement, l'étudiant s'intéresse beaucoup à lui-même et aux choix qui portent sur la moralité ou les valeurs. Il aime aussi faire une distinction entre ce qui est juste et ce qui est injuste.

■ 8e année (de 13 à 14 ans)

À cet âge, l'étudiant aime expérimenter les idées à la mode. Il travaille bien en équipe, et commence à chercher le soutien de ses amis plutôt que celui de sa famille. C'est à cet âge que l'étudiant respecte des modèles de comportement. Voilà pourquoi il est bien possible qu'il réagisse d'une façon positive à l'exemple donné par le jeune éducateur.

■ 9e année (de 14 à 15 ans)

À cet âge, l'étudiant est capable d'assimiler beaucoup d'information et de réfléchir en termes abstraits. Il a tendance à se disputer avec sa famille, avec ses amis et même avec lui-même. À ce stade, il s'intéresse aux relations personnelles et à ses groupes de camarades. Il veut en savoir davantage sur ce qui fait réussir les relations interpersonnelles. Il essaie de comprendre sa place dans le monde qui l'entoure et il a un profond désir d'être reconnu.

[Cette section s'inspire du document intitulé Police Assisting Community Education publié par le Service de la toxicomanie de la Nouvelle-Écosse.]

4. LE TRAVAIL D'ÉQUIPE : SITUATIONS DIFFICILES QUI POURRAIENT SE PRÉSENTER

Voici quelques situations difficiles qui pourraient se présenter au cours d'une leçon. Comment pourrait-on faire face à ces situations? Comment une équipe de jeunes éducateurs pourrait-elle solutionner ces problèmes?

Vous avez divisé la classe en petits groupes. Un étudiant décide qu'il veut aller dans un autre groupe pour être avec ses amis. **Que faire?**

Les étudiants travaillent en petits groupes. Tout d'un coup, vous voyez deux étudiants en train d'échanger des lettres. C'est évident qu'ils ne participent pas à la discussion. **Que faire?**

Les petits groupes sont en train de travailler tranquillement sur un exercice quand un étudiant vient vous dire qu'un des membres de son groupe ne fait aucun effort pour participer. **Que faire?**

Au milieu d'une leçon, vous vous rendez compte qu'un étudiant ne fait plus attention et pose la tête sur son pupître. Vous n'êtes pas sûr s'il ne se sent pas bien ou s'il veut simplement attirer de l'attention. **Que faire?**

Votre classe manque d'enthousiasme. Tout le monde paraît mort. Personne ne veut rien dire, personne ne veut répondre à vos questions. Si cela continue, vous allez terminer votre leçon beaucoup trop tôt. **Que faire?**

Vous êtes tombé sur la pire classe de l'école. Tout le monde le dit, y compris le professeur. Vous avez peur que les étudiants soient constamment agités. **Que faire?**

Votre leçon progresse bien. Les étudiants participent et il y a beaucoup de discussion. Tout d'un coup, un étudiant vous dit : "Prends-tu des drogues, toi?" **Que faire?**

Votre leçon progresse bien. Les étudiants participent et il y a beaucoup de discussion. Tout d'un coup, un étudiant vous dit : "Qu'est-ce qui est moins dangereux, l'alcool ou la marijuana?" **Que faire?**

Vous vous trouvez devant une classe où il y a deux étudiants assis ensemble qui croient qu'ils savent absolument tout sur tout. Ils ont toutes les réponses et ils veulent mener la classe. **Que faire?**

Au cours de votre première leçon, un étudiant commence à parler à la classe de combien d'alcool il boit (ou qu'un frère ou une soeur boit). **Que faire?**

À la fin d'une de vos leçons, un étudiant vous dit confidentiellement : "Ça fait pas mal de temps que je joue avec des drogues. Je ne suis pas sûr, mais j'ai peut-être un problème. Peux-tu m'aider?" **Que faire?**

Au cours d'une de vos leçons, vous animez une discussion sur l'alcool. Tout d'un coup une étudiante commence à pleurer. Elle dit que son père boit beaucoup et que ses parents se sont disputés la veille. **Que faire?**

Vous avez un étudiant hyperactif dans votre classe. Apparemment il est incapable de s'asseoir tranquillement et de suivre des consignes. **Que faire?**

5E ANNEE

5e année

Leçon 1

TOI, TES AMIS ET TA FAMILLE

Objectifs :

- Revoir l'information sur les drogues
- Discuter des effets possibles des drogues sur un sport ou sur une autre activité que les étudiants aimeraient faire

Durée de la leçon :
45 minutes

- **Introduction** : 5 minutes
- **Information sur les drogues** : 25 minutes
- **Activité** : 10 minutes
- **Conclusion** : 5 minutes

Matériel requis :

- Tableau noir, tableau à feuilles mobiles (flipchart) ou acétates, rétroprojecteur (overhead projector), écran
- Copies des Feuilles d'information sur les drogues (terminologie, risques)

Conseils :

- N'allez pas trop vite. Couvrez le contenu de la leçon sans vous presser. Prenez le temps d'encourager les étudiants à poser des questions. Prenez le temps de répondre à leurs questions.
- Vous êtes une équipe de jeunes éducateurs, donc il faut partager le travail d'animation. De cette façon, la même personne ne prend pas toujours la parole.

Introduction

(5 minutes)

- Présentez-vous.
- Présentez le thème des deux leçons et expliquez ce que vous allez faire dans chacune d'elles.
- À moins que le professeur ne le déconseille, divisez la classe en plusieurs petits groupes. Expliquez aux étudiants qu'ils resteront dans ces groupes pour les deux leçons.

Information sur les drogues

(25 minutes)

- En vous référant aux Feuilles d'information sur les drogues, révisez les sections sur la terminologie et sur les risques. Donnez aux étudiants une activité tirée de chaque section.
- Révisez la section sur les effets des drogues en prenant un exemple dans chaque catégorie: Stimulants (la nicotine); Dépresseurs (l'alcool); Perturbateurs (un inhalant).
- Rappelez aux étudiants qu'ils auront l'occasion de revoir cette information au début de la deuxième leçon.

Activité

(10 minutes)

En principe cette activité se fait en petits groupes. Cependant, vous pouvez demander aux étudiants de travailler avec un voisin.

- Demandez aux membres de chaque groupe (ou paire) de choisir un sport ou une activité qu'ils aimeraient essayer. Voici quelques suggestions : jouer au hockey ou à un autre sport; suivre des cours de gymnastique; devenir membre d'un des clubs à l'école; suivre des cours de photographie; se joindre à un groupe environnemental; participer à un projet de recyclage, etc.

- Ensuite, demandez aux groupes de répondre aux questions suivantes en fonction de l'activité qu'ils ont choisie. (Vous pouvez écrire les questions au tableau ou préparer une feuille ou une acétate à l'avance).

1. Pourquoi veut-on essayer cette activité?

Il s'agit peut-être de quelque chose qu'on a toujours rêvé de faire, ou d'un sport qui renforce la confiance en soi, comme le judo, par exemple.

2. À qui faut-il s'adresser pour avoir de l'information sur l'activité qu'on veut essayer?

À qui peut-on poser des questions sur le coût de l'activité, l'équipement requis, le nombre de fois que le groupe se rencontre, etc.?

3. Qu'est-ce qui pourrait arriver si on se lançait dans l'activité sans se renseigner d'abord?

L'étudiant qui essaie de faire du judo en imitant ce qu'il a vu à la télévision, par exemple, pourrait se blesser ou blesser quelqu'un d'autre.

Après que les groupes ont répondu à ces questions, expliquez à toute la classe que des activités et des expériences nouvelles offrent des défis intéressants. Mais cela vaut la peine d'essayer de savoir pourquoi on choisit l'activité et ce que l'activité peut apporter. Par contre, quand les étudiants font des expériences avec les drogues, ils ne se demandent pas pourquoi ils le font et ils n'en connaissent pas les effets. Les étudiants essaient les drogues sans se renseigner sur les risques et les conséquences.

Discussion :

Demandez à toute la classe de discuter des situations suivantes. Vous pouvez écrire les situations au tableau ou sur un tableau à feuilles mobiles pour que les étudiants puissent s'y référer.

Situation 1 : Une étudiante fume une cigarette qu'une camarade plus âgée lui a donnée.

Demandez aux étudiants d'imaginer pourquoi elle décide de fumer. Fume-t-elle pour se faire accepter par son amie?

Demandez aux étudiants de penser à l'activité qu'ils avaient choisie. Qu'est-ce qui avait influencé leur choix? Est-ce qu'ils ont choisi l'activité parce qu'ils ont des amis qui y participent? Ou est-ce que c'était pour des raisons personnelles?

Ensuite demandez-leur comment fumer des cigarettes pourrait affecter l'activité qu'ils ont choisie. Rappelez-leur quelques-uns des effets du tabac.

Situation 2 : Un étudiant a mal à la tête. Il va à la salle de bains et regarde dans la pharmacie. Il prend une pilule d'une bouteille sans lire l'étiquette et il l'avale.

Demandez à la classe quelles pourraient être les conséquences de ce geste. Quels genres de médicaments peut-on trouver dans une pharmacie familiale?

Demandez aux étudiants quelles pourraient être les conséquences s'ils prenaient une drogue ou un médicament inconnu juste avant de commencer l'activité qu'ils avaient choisie.

Demandez-leur de penser aux effets qu'un Stimulant (la nicotine), qu'un Dépresseur (l'alcool) ou qu'un Perturbateur (un inhalant) pourrait produire si on en consommait juste avant de participer au sport ou à l'activité que les groupes ont choisie.

Vous pouvez demander aux différents groupes de penser aux risques liés à une catégorie précise de drogues ou vous pouvez animer une discussion avec toute la classe. Servez-vous du tableau ou d'un tableau à feuilles mobiles pour centrer l'attention sur les points importants et sur les réponses.

Conclusion
(5 minutes)

Résumez les buts de la leçon. La première partie de la leçon a été consacrée à l'information sur les drogues. Dans la deuxième partie, vous avez regardé les aspects positifs d'une activité nouvelle et les effets négatifs des expériences avec les drogues.

Rappelez aux étudiants que vous allez réviser l'information sur les drogues et que vous allez faire quelques activités basées sur l'histoire d'un garçon obsédé par des jeux-vidéos.

Remerciez les étudiants de leur participation et encouragez-les à partager l'information qu'ils ont apprise sur les drogues avec leur famille.

5e année

Leçon 2

TOI, TES AMIS ET TA FAMILLE

Objectifs :

- Réviser l'information sur les drogues donnée dans la première leçon
- Réfléchir aux effets des drogues sur les relations des étudiants avec leurs amis et leur famille.
- Discuter des démarches à suivre si un ami ou un membre de la famille a un problème de drogue.

Durée de la leçon :
45 minutes

- **Introduction** : 5 minutes
- **L'information sur les drogues** : 10 minutes
- **Activité (Yves et ses jeux-vidéos)** : 25 minutes
- **Conclusion** : 5 minutes

Matériel requis :

- Tableau noir, tableau à feuilles mobiles (flipchart) ou acétates, rétroprojecteur (overhead projector), écran
- Questions et réponses sur les drogues
- Mise en situation : Yves et ses jeux-vidéos
- Copies des Feuilles d'information sur les drogues (ressources)

Conseils :

- N'allez pas trop vite. Couvrez le contenu de la leçon sans vous presser. Prenez le temps d'encourager les étudiants à poser des questions. Prenez le temps de répondre à leurs questions.
- Vous êtes une équipe de jeunes éducateurs, donc il faut partager le travail d'animation. De cette façon, la même personne ne prend pas toujours la parole.

Introduction
(5 minutes)

- Expliquez aux étudiants que vous allez commencer par une révision de l'information sur les drogues. Dites-leur que vous allez jouer un jeu de questions et de réponses.
- Expliquez que dans la deuxième partie de la leçon vous allez discuter du cas d'un étudiant qui devient de plus en plus obsédé par les jeux-vidéos. Son obsession a des conséquences négatives sur ses relations avec sa famille et ses amis. Expliquez que vous allez aussi discuter des effets de l'usage des drogues sur l'individu, sa famille et ses amis.

Information sur les drogues
(10 minutes)

- Si la classe peut travailler en petits groupes, demandez aux étudiants de reformer les groupes établis la dernière fois. Sinon ils peuvent travailler avec un partenaire.
- Expliquez que vous allez poser **10 questions** auxquelles les groupes (ou les paires) doivent répondre. Demandez aux étudiants de lever la main pour répondre. Le groupe ou la paire qui a le plus de bonnes réponses gagne.
- Vous pouvez lire les questions ou les écrire au tableau. Après que la classe a répondu à chaque question, donnez la bonne réponse.

QUESTIONS :

1. *Comment peut-on définir une drogue?*
2. *Qu'est-ce que l'usage dangereux d'une drogue?*
3. *Qu'est-ce que la tolérance?*
4. *Qu'est-ce que le sevrage?*
5. *Qu'est-ce qu'un stimulant?*
6. *Si une personne fume une cigarette, quelles en seraient deux conséquences immédiates?*
7. *Qu'est-ce qu'un dépresseur?*
8. *Quels sont deux risques associés à la consommation de l'alcool?*
9. *Qu'est-ce qu'un perturbateur?*
10. *Quels sont deux risques associés au reniflement d'un inhalant?*

RÉPONSES :

1. Comment peut-on définir une drogue?

- Une drogue est une substance qui change la façon dont le corps fonctionne. Une drogue change la façon dont une personne agit et pense.

2. Qu'est-ce que l'usage dangereux d'une drogue?

- L'usage dangereux ou abusif d'une drogue dérange la vie de tous les jours.

3. Qu'est-ce que la tolérance?

- Développer une tolérance à une drogue veut dire qu'une personne a besoin d'une quantité toujours plus grande de cette drogue pour sentir les mêmes effets. Si une personne a besoin de plusieurs verres d'alcool pour ressentir les mêmes effets qu'elle sentait avant, avec un verre seulement, cela veut dire qu'elle a acquis une tolérance à l'alcool.

4. Qu'est-ce que le sevrage?

- Le sevrage définit ce qu'une personne ressent quand elle arrête de prendre une drogue. En général, les symptômes de sevrage sont contraires aux effets de la drogue.

5. Qu'est-ce qu'un stimulant?

- Un stimulant est une drogue qui stimule le cerveau ou le système nerveux d'une personne et qui augmente la vitesse de ses réactions.

6. Si une personne fume une cigarette, quelles en seraient deux conséquences immédiates?

- La personne est plus facilement essoufflée.
- Le rythme de son coeur (son rythme cardiaque) augmente.
- La personne a une mauvaise haleine.

7. Qu'est-ce qu'un dépresseur?

- Un dépresseur est une drogue qui affecte le cerveau ou le système nerveux d'une personne et qui ralentit ses réactions.

8. Quels sont deux risques associés à la consommation de l'alcool?

- L'alcool peut causer des accidents.
- Une personne qui consomme de l'alcool peut avoir de la difficulté à cesser d'en consommer.
- L'alcool affecte le jugement.
- L'alcool peut causer un mal de tête le lendemain matin (une gueule de bois).

9. Qu'est-ce qu'un perturbateur?

- Un perturbateur est une drogue qui change la perception d'une personne et qui stimule ou ralentit le système nerveux.

10. Quels sont deux risques associés au reniflement d'un inhalant?

- Un ralentissement du rythme cardiaque.
- Le coeur, le foie ou les reins peuvent être endommagés.
- Le vertige.
- La perte de connaissance.

Activité
(25 minutes)

Expliquez aux étudiants que vous voulez discuter des effets des drogues et des ressources de consultation et d'entraide, mais qu'avant de le faire, vous aimeriez raconter une histoire.

Il s'agit de l'histoire d'un jeune garçon qui reçoit un ordinateur pour jeux-vidéos comme cadeau de Noël. Vous pouvez lire l'histoire d'**Yves et ses jeux-vidéos** ou en faire des copies pour les groupes de travail. Vous pourriez même en faire une présentation animée.

Dans l'histoire suivante, un jeune garçon qui s'appelle Yves passe tellement d'heures devant son ordinateur à jouer des jeux-vidéos qu'il est presque incapable de penser à autre chose. Il est très important de signaler aux étudiants qu'une obsession de ce genre n'est pas du tout la même chose que l'abus des drogues. *Vous utilisez cette histoire comme point de départ pour une discussion sur les effets des drogues et pour montrer que les drogues n'affectent pas seulement la personne qui les consomme.*

Yves et ses jeux-vidéos

Yves a reçu un ordinateur pour jeux-vidéos à Noël. C'était super! Aucun de ses amis n'en avait un pareil. Tout le monde voulait jouer chez lui. Pour la première fois dans sa vie il était vraiment populaire! Même les garçons qui ne l'aimaient pas tellement voulaient venir chez lui.

C'était le fun. Tout ce monde chez lui! Il y avait des chicanes de temps en temps, mais on s'amusait bien quand même. Le jeu qu'Yves aimait le plus c'était celui avec des missiles qui faisaient exploser les avions ennemis. C'était un jeu qu'un de ses camarades lui avait prêté. Il l'aimait tellement qu'il était capable de passer toute une journée à descendre des avions ennemis! À force de jouer, il était devenu si habile que personne ne pouvait le battre. D'ailleurs ça ne l'intéressait plus de jouer avec les autres. Puisque ses camarades n'avaient pas envie de perdre tout le temps, ils ne voulaient plus jouer avec lui. Donc on venait de moins en moins souvent chez lui. Mais Yves était tellement fasciné par le jeu qu'il ne remarquait même pas que la plupart de ses camarades l'avaient abandonné.

Un jour son camarade est venu lui dire qu'il allait reprendre son jeu-vidéo parce qu'Yves ne laissait jouer personne d'autre. Yves lui a dit que ça ne le dérangeait pas puisqu'il pouvait le louer au magasin de toute façon.

Yves était content parce qu'il pouvait louer les jeux-vidéos. Sa mère était contente aussi parce que, pour une fois, son fils offrait de lui rendre service à la maison — pour de l'argent, bien sûr. Tout a bien commencé. Yves faisait la vaiselle, passait l'aspirateur, etc. Mais bientôt il a découvert qu'il pouvait faire un minimum de travail tout en recevant de l'argent. Il travaillait juste assez pour gagner un peu d'argent, puis il courait au magasin pour louer d'autres jeux-vidéos. Il passait de plus en plus de temps devant son ordinateur. Il a même commencé à demander de l'argent pour des tâches ménagères comme faire son lit et donner à manger au chien. Et quand sa mère refusait de lui payer, il faisait des crises. À tel point qu'elle a commencé à s'inquiéter sérieusement du comportement de son fils. D'autant plus qu'elle a reçu un appel du professeur d'Yves qui lui a dit qu'Yves était inattentif et ne faisait plus ses devoirs.

Après une longue discussion avec sa mère, Yves promet de faire ses devoirs avant de jouer avec son ordinateur et de faire des tâches ménagères sans demander de l'argent.

Malheureusement, ses bonnes intentions n'ont pas duré longtemps. Le voilà devant son ordinateur alors qu'il avait des devoirs à terminer.

Yves était tellement absorbé par les batailles et les explosions sur le petit écran de son ordinateur qu'il ne voyait plus ses camarades et il disait à peine "bonjour" à sa famille.

Yves et ses jeux-vidéos

Il était obsédé par son ordinateur! Dès qu'il rentrait de l'école il montait dans sa chambre. Toute sa vie tournait autour de la petite manivelle qui contrôlait l'action à l'écran.

Un jour, la mère d'Yves le surprend en train de voler de l'argent de son sac à main pour pouvoir louer encore un autre jeu. Résultat: elle lui confisque son ordinateur. Il va sans dire qu'Yves était furieux. Il est même devenu méchant et agressif. Il protestait sans arrêt et suppliait qu'on lui rende son ordinateur et ses jeux. Personne n'appréciait le comportement d'Yves et il n'était pas très fier de lui-même non plus.

Maintenant que son ordinateur avait disparu, il s'ennuyait et il se sentait seul. Petit à petit, il a compris que c'était important de passer du temps avec ses amis et sa famille. Il fallait reprendre contact avec son entourage. Ce serait peut-être difficile au début, mais il voulait faire l'effort.

DISCUSSION :

- Après avoir communiqué l'histoire d'Yves, animez une discussion en vous servant des questions suivantes comme point de départ.

Yves était obsédé par ses jeux-vidéos. Quels en étaient les effets? Pensez aux effets possibles d'une dépendance à une drogue.

- Écrivez les questions au tableau ainsi que les deux mots : YVES et DÉPENDANCE.
- Donnez un peu de temps aux petits groupes pour qu'ils puissent réfléchir aux réponses. Puis, demandez-leur de partager leurs idées.
- Écrivez les réponses en essayant de suivre les différentes étapes de l'obsession d'Yves.
- Nous indiquons entre parenthèses les effets possibles de l'abus d'une drogue. Signalez les ressemblances avec la situation d'Yves.

Voici les étapes de l'obsession d'Yves:

1) Yves était fier d'être populaire.
[Parfois un étudiant essaie une drogue pour paraître populaire.]

2) Yves devient agressif et ne laisse pas jouer ses camarades.
[Lorsqu'une personne consomme une drogue, les effets de la drogue peuvent affecter sa personnalité.]

3) Les camarades d'Yves n'apprécient pas son comportement et ne veulent plus le fréquenter.
[Lorsqu'une personne est accrochée à une drogue, ses amis peuvent préférer l'éviter.]

4. Yves veut trouver de l'argent pour louer des jeux-vidéos.
[Une personne qui est accrochée à une drogue passe beaucoup de temps à chercher des moyens pour en obtenir.]

5. Yves commence à négliger ses devoirs et son travail à la maison.
[Lorsqu'une personne s'accroche à une drogue, elle néglige ses responsabilités.]

6. Les camarades d'Yves ne viennent plus chez lui. Il ne participe plus à la vie familiale.
[Souvent une personne qui s'accroche à une drogue oublie ses amis et sa famille.]

7. Yves vole de l'argent.
[Souvent une personne qui s'accroche à une drogue vole pour s'en procurer.]

8. Yves promet de passer plus de temps sur son travail et moins de temps devant son ordinateur.
   [Souvent une personne qui s'accroche à une drogue promet de se défaire de sa dépendance, mais elle n'arrive pas à le faire sans aide.]

9. La mère d'Yves lui prend son ordinateur. Il découvre qu'il est tout seul.
   [Une personne qui arrête de prendre une drogue peut se trouver seule, à l'écart de ses amis et incapable de parler à sa famille. Elle peut avoir besoin de quelqu'un à qui se confier.]

10. Yves décide de ne plus penser à son ordinateur et de reprendre une vie normale. Il sait que ce ne sera peut-être pas facile au début.
    [Les amis et les membres de la famille peuvent offrir du soutien lorsqu'une personne décide d'arrêter de prendre de la drogue.]

MISE EN SITUATION :

Yves fréquente votre école. Il a décidé de ne plus jouer avec son ordinateur et de reprendre une vie normale. Comment pourriez-vous l'aider?

Voici quelques réponses possibles : devenir son ami; lui donner de l'aide quand il en a besoin; l'inviter à participer aux activités avec d'autres camarades; l'écouter.

Il est important d'expliquer à la classe que si un ami ou un membre de la famille a un problème de drogue, l'étudiant qui s'inquiète de la situation n'est pas la cause du problème et ne peut pas régler le problème. Cependant, l'étudiant peut trouver des moyens d'y faire face en s'adressant à un adulte en qui il a confiance, comme un professeur, un conseiller, etc.

Vous pouvez revoir les ressources de consultation ou d'entraide à l'école et dans la communauté (voir les Feuilles d'information).

Conclusion
(5 minutes)

Résumez les leçons. Vous avez donné les caractéristiques de certaines drogues, vous avez montré les effets négatifs des drogues et vous avez parlé des façons d'aider un ami ou un membre de la famille qui a un problème de drogue.

Si le professeur vous a donné son accord au préalable, expliquez l'activité de suivi ci-dessous. Précisez quand les étudiants doivent soumettre leur travail.

Remerciez les étudiants de leur participation et encouragez-les à poursuivre le travail de sensibilisation à l'abus des drogues. Remerciez le professeur de son soutien.

Activité de suivi :

Fais une affiche qui montre ce que ta famille ou tes amis signifient pour toi. (Les affiches pourront être exposées à différents endroits dans l'école).

6E ANNEE

6e année

Leçon 1

C'EST TOI QUI DÉCIDES

Objectifs :

- Revoir l'information sur les drogues
- Faire quelques activités qui aideront les étudiants à mieux comprendre les catégories de drogues, la terminologie et les caractéristiques des drogues.

Durée de la leçon :
45 minutes

- **Introduction** : 5 minutes
- **Terminologie** : 15 minutes
- **Les effets des drogues** : 10 minutes
- **Grilles** : 10 minutes
- **Conclusion** : 5 minutes

Matériel requis :

- Tableau noir, tableau à feuilles mobiles (flipchart) ou acétates, rétroprojecteur (overhead projector) et écran
- Du papier et des crayons
- Copies des Feuilles d'information sur les drogues (terminologie, catégories et effets)
- Copies des grilles

Conseils :

- N'allez pas trop vite. Couvrez le contenu de la leçon sans vous presser. Prenez le temps d'encourager les étudiants à poser des questions. Prenez le temps de répondre à leurs questions.
- Vous êtes une équipe de jeunes éducateurs, donc il faut partager le travail d'animation. De cette façon, la même personne ne prend pas toujours la parole.

Introduction
(5 minutes)

- Présentez-vous et présentez les sujets de discussion. Vous allez faire des activités qui permettront aux étudiants de parler de leur identité et de leurs valeurs.
- La classe est divisée en 5 groupes. Demandez au professeur de former les groupes avant votre arrivée. Expliquez aux étudiants qu'ils resteront dans ces groupes pour les deux leçons. (Si le professeur déconseille le travail en groupes, vous pouvez travailler avec l'ensemble de la classe.)

Terminologie
(15 minutes)

- Révisez la terminologie des drogues. Écrivez les termes au tableau ou montrez une acétate préparée à l'avance.
- Donnez à chaque groupe une copie écrite d'une des activités suggérées dans la section sur la terminologie. (Vous pouvez copier les activités sur des feuilles séparées, ou photocopier les pages appropriées et découper les différentes activités pour pouvoir les distribuer aux groupes.)
- Demandez à chaque groupe de choisir un secrétaire et un porte-parole.
- Après la mise en commun des idées, faites un résumé des suggestions des différents groupes.

Les effets des drogues
(10 minutes)

Regardez ensemble la section dans les Feuilles d'information sur les drogues et leurs effets. Préparez à l'avance une feuille ou une acétate avec les définitions des différentes catégories et les exemples de chaque catégorie. Cette présentation visuelle est très importante.

Grilles
(10 minutes)

Le but de l'activité suivante est de revoir l'information sur les drogues tout en s'amusant.

- Distribuez une copie des grilles à chaque groupe et demandez aux groupes de choisir un secrétaire et un porte-parole.
- Donnez les consignes aux étudiants qui leur permettront de compléter les grilles. Il s'agit (1) de trouver le mot qui répond à chaque question et (2) de transférer les lettres au-dessus des chiffres aux cases appropriées à la fin des questions. (Une fois remplies correctement, les cases épelleront les mots mystères.)
- Après le temps alloué, demandez aux groupes de donner les réponses. Vérifiez pour voir combien de groupes ont pu compléter les grilles correctement.
- Si vous n'avez pas assez de temps pour compléter les grilles, vous pouvez demander aux étudiants de le faire chez eux. Dans ce cas, il faut réviser les réponses au début de la deuxième leçon.
- *Vous trouverez les bonnes réponses à la fin de la leçon.*

Conclusion

(5 minutes)

Remerciez les étudiants de leur participation en leur rappelant que vous avez regardé ensemble les drogues et leurs effets. Ils sont maintenant en mesure de comprendre la terminologie, les catégories de drogues et les caractéristiques de certaines drogues.

Expliquez que dans la prochaine leçon vous allez voir comment les drogues peuvent affecter la vie des étudiants et vous allez réfléchir aux démarches à suivre pour prendre une décision.

GRILLES

(feuilles à photocopier et à distribuer)

- Répondez aux questions suivantes en épelant le mot (une lettre par case).
- Une fois que vous avez rempli toutes les cases, copiez les lettres qui se trouvent au-dessus des chiffres dans les trois séries de cases numérotées à la fin des questions. Vous découvrirez ainsi les trois mots mystères.

1. Comment s'appelle le produit toxique qui se trouve dans les cigarettes?

☐☐☐☐☐☐☐☐ (8 lettres)

2 14

2. Quelle drogue se trouve dans certaines boissons gazeuses?

☐☐☐☐☐☐☐ (7 lettres)

29

3. L'alcool au volant empêche les gens de conduire _____ .

☐☐☐☐☐☐☐☐☐T (10 lettres)

12 24

4. La fumée ambiante (ou la fumée des autres) peut troubler la respiration de quelqu'un qui souffre de l'____.

☐☐☐☐☐☐ (6 lettres)

27 9 4

5. Ce produit se trouve dans les cigarettes. On s'en sert pour couvrir les routes.

☐☐☐☐☐☐☐ (7 lettres)

5 31

6. Quel est le terme général utilisé pour décrire les drogues que les gens reniflent?

☐☐☐☐☐☐☐☐☐ (9 lettres)

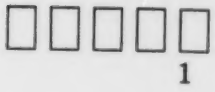
8 16

7. Quel organe élimine 95% de l'alcool dans le corps?

☐☐☐☐ (4 lettres)

21

8. **Quelqu'un qui renifle un inhalant peut lancer des ____ dangereux.**

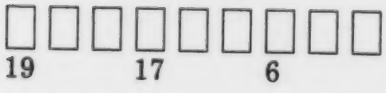


(5 lettres)

9. **Le haschich est un produit de la plante _____.**

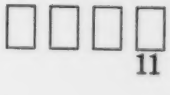
(8 lettres)

10. **Il y a des gens qui prennent des stimulants pour se _____.**



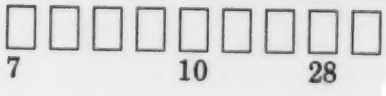
(9 lettres)

11. **Un stimulant que beaucoup de gens boivent le matin s'appelle le _____.**



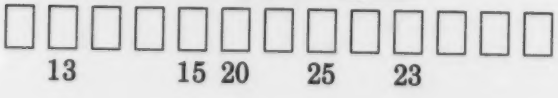
(4 lettres)

12. **Une personne qui consomme trop de bière pourrait avoir des _____ sur la route.**



(9 lettres)

13. **Le corps élimine 5% de l'alcool qu'il contient par la _____ et par l'_____.**

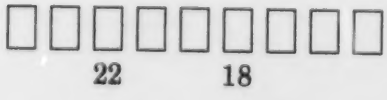


(13 lettres)

et par l'

(5 lettres)

14. **Un produit commun de la plante cannabis s'appelle la _____.**



(9 lettres)

15. Les trois mots mystères :

1 2 3 4 5 6 7 8 9 (9 lettres)

10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 (10 lettres)

20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 (12 lettres)

Réponses:

1. nicotine
2. caféine
3. prudemment
4. asthme
5. goudron
6. inhalants
7. foie
8. défis
9. cannabis
10. réveiller
11. café
12. accidents
13. transpiration, urine
14. marijuana

Les trois mots mystères : - stimulant

-dépresseur

-perturbateur

6e année

Leçon 2

C'EST TOI QUI DÉCIDES

Objectifs :

- Réfléchir aux conséquences de l'usage des drogues
- Apprendre comment prendre des décisions

Durée de la leçon :
45 minutes

- **Introduction** : 5 minutes
- **Tu es vraiment unique** : 15 minutes
- **Qu'est-ce qui compte pour toi?** : 20 minutes
- **Conclusion** : 5 minutes

Matériel requis :

- Tableau noir, tableau à feuilles mobiles (flipchart) ou acétates, rétroprojecteur (overhead projector) et écran
- Des morceaux de papier et une boîte ou un sac
- Copies de la feuille intitulée "Comment décider? Questions à se poser"
- Copies des Feuilles d'information sur les drogues (ressources)

Conseils :

- N'allez pas trop vite. Couvrez le contenu de la leçon sans vous presser. Prenez le temps d'encourager les étudiants à poser des questions. Prenez le temps de répondre à leurs questions.
- Vous êtes une équipe de jeunes éducateurs, donc il faut partager le travail d'animation. De cette façon, la même personne ne prend pas toujours la parole.

Introduction

(5 minutes) :

- Expliquez les objectifs de la leçon. Rappelez aux étudiants que la première leçon leur a donné l'occasion de mieux comprendre la terminologie des drogues et les différentes catégories de drogues.
- Dans cette leçon, les étudiants apprendront comment faire des choix responsables basés sur leurs connaissances des risques et des effets des drogues.
- Si vous avez demandé aux étudiants de compléter les grilles de la Leçon 1 chez eux, prenez le temps de réviser leurs réponses.
- Les activités de cette leçon peuvent se faire avec les 5 groupes formés la dernière fois ou avec l'ensemble de la classe.

Tu es vraiment unique

(15 minutes)

- L'activité suivante amène les étudiants à réfléchir à l'importance d'être soi-même.
- Demandez à chaque groupe de choisir un secrétaire et un porte-parole.
- Préparez à l'avance 5 petites feuilles de papier sur lesquelles vous écrivez les phrases ci-dessous (une feuille pour chaque phrase). Placez les feuilles dans un sac ou une boîte.

  1) **Tu as le droit de dire non aux drogues.**
  2) **C'est toi qui peux empêcher l'abus des drogues.**
  3) **T'es mon ami.**
  4) **Garde tes rêves.**
  5) **Tes gestes comptent.**

- Demandez à chacun des groupes de tirer une phrase au sort.
- Pour que tous les étudiants puissent s'y référer pendant l'activité, écrivez au tableau ou sur un tableau à feuilles mobiles les questions suivantes:
  - *Qu'est-ce que cette phrase signifie pour toi?*
  - *Comment pourrais-tu appliquer cette phrase à ta vie de tous les jours?*
- Demandez aux groupes de discuter de leur phrase en répondant à ces questions.
- Après 5 minutes environ, invitez les porte-parole à lire la phrase de leur groupe et à résumer leur discussion.
- Après que les porte-parole ont parlé, animez une discussion en invitant les commentaires et les réactions de la classe.

Voici quelques idées au sujet des différentes phrases que vous pouvez utiliser si les groupes n'arrivent pas à faire démarrer une discussion :

1) Tu as le droit de dire non aux drogues.

Si quelqu'un veut te donner de la drogue, tu peux dire "non". Tu peux dire à tes amis que tu n'as pas envie de prendre de la drogue. Tu as le droit de ne pas monter dans l'auto de quelqu'un qui a bu de l'alcool. Tu as le droit de demander aux fumeurs de respecter les espaces limités aux non-fumeurs.

2) C'est toi qui peux empêcher l'usage des drogues.

C'est toi qui décides de ne pas vouloir de drogues dans ta vie et c'est toi qui le dis à tes camarades. Tu peux aussi dire à tes camarades que tu n'aimes pas l'usage des drogues.

3) T'es mon ami.

Quand tu aimes quelqu'un, tu peux lui dire que tu apprécies ce qu'il fait. Tu peux aussi lui dire qu'il fait des choses que tu n'approuves pas. Tu peux dire à ton ami que tu n'es pas d'accord qu'il prenne de la drogue parce qu'il compte beaucoup pour toi.

4) Garde tes rêves.

Tu as le droit d'avoir confiance en toi et de croire en toi-même. Tu peux aussi prendre la décision de ne pas laisser les drogues déranger ta vie, tes projets ou tes rêves.

5) Tes gestes comptent.

Tes choix et tes gestes t'affectent et affectent les gens autour de toi. Ce qui compte c'est comment tu touches ton entourage.

Qu'est-ce qui compte pour toi?

(20 minutes)

Le but de cette partie de la leçon est d'amener les étudiants à penser aux choses qu'ils aimeraient faire cette année et à comment les drogues pourraient affecter leurs projets.

- Cette partie comprend 3 activités différentes. Si vous n'avez pas assez de temps, vous pouvez faire une ou deux activités seulement.

I. Les étapes et les conséquences d'une décision

- Distribuez des copies de la feuille intitulée *"Comment décider? Questions à se poser"* aux groupes ou écrivez les questions qui y figurent au tableau.

- Demandez à chaque groupe d'écouter la situation suivante et d'en discuter en fonction d'une des questions (sauf la sixième) sur la feuille *"Comment décider? Questions à se poser"* (une question différente pour chaque groupe).

MISE EN SITUATION : Monique hésite

Monique attend avec plaisir la rentrée. Elle va entrer en 7e année. Il y a toutes sortes de choses qu'elle a envie d'essayer. Elle veut faire du théâtre et devenir membre du club environnemental. Malheureusement, son chum Marc ne s'intéresse pas du tout aux activités à l'école. Il lui dit qu'elle peut être sûre que les gens intéressants ne vont pas gaspiller leur temps à faire du théâtre. Il en sait quelque chose! Son frère aîné lui a dit que ce n'est pas à l'école qu'on a du fun et qu'il y a toute une gang de gars et de filles qui jouent avec de la drogue. Marc demande à Monique si elle veut prendre quelques bières avec lui et peut-être essayer juste une cigarette — histoire de faire comme tout le monde. Monique hésite. Elle n'a jamais pensé prendre de drogue. Elle commence à s'interroger. Marc a peut-être raison. Ça vaudrait peut-être la peine d'avoir un peu d'expérience avant la rentrée. Finalement, peut-être que c'est niaiseux de vouloir faire du théâtre ou de s'intéresser à l'environnement.

- Demandez aux groupes comment ils ont répondu à la question qui leur a été désignée. (Avant la leçon, il faut réfléchir vous-mêmes aux réponses possibles.) Écrivez les questions suivantes au tableau, puis écrivez les réponses des groupes en dessous.

1) *Quel est le problème de Monique?*
2) *Quels sont les choix de Monique?*
3) *Quels sont les choix responsables de Monique?*
4) *Quel serait le meilleur choix de Monique?*
5) *Si elle veut faire ce choix, que doit-elle faire?*

- En surveillant l'heure, révisez les réponses, puis demandez à toute la classe d'évaluer le choix qui a été fait pour Monique. Autrement dit, répondez à la dernière question :

6) *Évaluez le choix qui a été fait pour Monique. Les conséquences de ce choix seront-elles bonnes?*

- Pour conclure l'activité, rappelez aux étudiants que, comme Monique, ils auront des choix à faire au sujet des drogues. En connaissant l'information sur les drogues et en pensant aux conséquences de leurs choix, ils seront en mesure d'accepter la responsabilité de leurs décisions.

II. Comment j'aime passer mon temps. Comment je décide.

Le but de cette activité est de voir comment les jeunes aiment passer leur temps et de mieux comprendre les étapes d'une décision.

- Demandez à chaque étudiant d'indiquer les activités qu'il aime faire dans les contextes ci-dessous. Il s'agit de faire une liste qu'il va partager avec les autres membres de son groupe.

1) Les choses que j'aime faire moi-même (par exemple: m'habiller le matin, faire mes devoirs, lire, dormir, etc.)

2) Les choses que j'aime faire avec ma famille (par exemple: me promener en voiture, regarder la télévision, visiter mes grands-parents, etc.)

3) Les choses que j'aime faire avec mes camarades (par exemple: jouer au baseball, écouter de la musique, jaser, etc.)

4) Les travaux à la maison qui sont plus amusants à faire avec quelqu'un d'autre (débarrasser la table, faire la vaisselle, pelleter la neige, nettoyer la maison, etc.)

5) Les choses que j'aimerais accomplir cette année (apprendre à faire du ski de fond, participer à la chorale, participer aux guides, aux scouts, etc.)

- Après que chaque étudiant a fait sa liste, demandez aux groupes de choisir une seule activité parmi toutes celles qui sont inscrites sur les listes individuelles. Le porte-parole de chaque groupe va partager avec toute la classe non seulement la sélection finale de son groupe, mais aussi comment son groupe est arrivé à son choix.

- Avant que les groupes commencent à faire leur sélection, rappelez les démarches qu'on suit pour prendre une décision. Pour que les étudiants puissent s'y référer, vous pouvez écrire les questions suivantes au tableau ou sur un tableau à feuilles mobiles :

  - *Quelles activités as-tu choisies? Partage ta liste avec ton groupe.*
  - *Quelle est l'activité que ton groupe a choisie?*
  - *Pourquoi ton groupe a-t-il choisi cette activité?*
  - *Comment ton groupe a-t-il fait sa sélection finale?*

- Pour conclure l'activité, rappelez aux étudiants que tous les jours, dans la vie courante, on prend toutes sortes de décisions. Cela aide de comprendre les démarches qu'on suit (ou les questions qu'on se pose) pour arriver à une décision.

III. Comment l'usage des drogues pourrait-il affecter l'activité que nous avons choisie?

- Demandez aux groupes de penser aux effets que les drogues auraient sur l'activité qu'ils ont choisie. (Par exemple: vouloir faire partie de l'équipe de natation et arriver soûl à l'entraînement.)

- Demandez au porte-parole de chaque groupe d'expliquer comment les drogues pourraient affecter l'activité choisie. Pour que les étudiants puissent s'y référer, écrivez la question au tableau *"Comment l'usage des drogues pourrait-il affecter l'activité que nous avons choisie?"*

- Pour conclure cette partie de la leçon, révisez les points importants et rappelez aux étudiants qu'il y a des personnes-ressources qui peuvent aider quelqu'un qui a un problème de drogue. Révisez la section sur les ressources de consultation et d'entraide dans les Feuilles d'information sur les drogues.

Conclusion

(5 minutes)

Remerciez les étudiants de leur participation et remerciez leur professeur de son soutien. Rappelez aux étudiants que le thème des leçons était **"C'est toi qui décides".** *Mieux on comprend les risques et les effets des drogues, mieux on est équipé pour faire des choix responsables.*

Rappelez aux étudiants qu'il faut continuer à s'informer sur les risques et les effets des drogues. Étant informés eux-mêmes, ils pourront aider d'autres personnes dans leur milieu. Le travail de sensibilisation à l'abus des drogues est un travail continu.

Si le professeur vous a donné son accord, expliquez l'activité de suivi ci-dessous. Indiquez aux étudiants quand il faut soumettre leur travail.

Activité de suivi :

Pense à une décision que tu as prise la semaine dernière. Qu'as-tu décidé? Comment es-tu arrivé à ta décision? D'après toi, est-ce que c'était une bonne décision? Sois prêt à partager tes réponses avec la classe.

(feuille à distribuer)

Comment décider? Questions à se poser.

1) **Quel est le problème?**

2) **Quels sont tes choix?**

3) **Quels sont tes choix responsables?**

4) **Quel serait le meilleur choix pour toi?**

5) **Si tu fais ce choix, que dois-tu faire?**

6) **Évalue ton choix. Les conséquences de ce choix seront-elles bonnes?**

7E ANNEE

7e année

Leçon 1

S'AMUSER SANS DROGUES

Objectifs :

- Réviser les Feuilles d'information sur les drogues
- Identifier ce que les étudiants savent déjà sur les effets des drogues sur la personne qui les consomme et sur les gens qui l'entourent

Durée de la leçon :
45 minutes

- **Introduction** : 5 minutes
- **Information sur les drogues** : 20 minutes
- **Activité** : 15 minutes
- **Conclusion** : 5 minutes

Matériel requis :

- Tableau noir, tableau à feuilles mobiles (flipchart) ou acétates, rétroprojecteur (overhead projector) et écran
- Copies des mises en situation (sur feuilles séparées)
- Boîte ou sac
- Copies des Feuilles d'information sur les drogues

Conseils :

- N'allez pas trop vite. Couvrez le contenu de la leçon sans vous presser. Prenez le temps d'encourager les étudiants à poser des questions. Prenez le temps de répondre à leurs questions.
- Vous êtes une équipe de jeunes éducateurs, donc il faut partager le travail d'animation. De cette façon, la même personne ne prend pas toujours la parole.

Introduction
(5 minutes)

- Présentez-vous.
- Présentez les objectifs des 3 leçons :
  - Dans la 1re leçon, les étudiants recevront de l'information sur les drogues et participeront à une activité qui renforcera leurs connaissances.
  - La 2e leçon sera consacrée aux effets que les drogues pourraient avoir dans la vie des étudiants. À l'aide d'une situation concrète, la classe discutera des choix responsables qui s'offrent aux jeunes en 7e année.
  - Dans la 3e leçon, les étudiants auront l'occasion de faire une improvisation qui montre comment on peut dire "non" aux drogues. Une discussion de groupe portera sur les façons de refuser les drogues sans perdre des amis ou s'isoler des autres.
- Avec l'aide du professeur, divisez la classe en petits groupes. Si nécessaire, les étudiants peuvent travailler en paires pour la plupart des activités. Vous pouvez leur demander de travailler avec un voisin.

Information sur les drogues
(20 minutes)

- Révisez les Feuilles d'information sur les drogues. Vous pouvez préparer une feuille ou une acétate à l'avance sur la terminologie et les risques, ou vous pouvez distribuer des photocopies du matériel.
- Donnez à chaque groupe (ou paire) une activité sur la terminologie et une activité sur les risques.
- Demandez aux groupes (ou paires) de partager leurs conclusions avec l'ensemble de la classe. Encouragez les étudiants à commenter les conclusions de leurs camarades, mais limitez la discussion pour ne pas dépasser le temps prévu.
- Révisez l'information sur les effets des différentes catégories de drogues. Distribuez des photocopies du matériel ou préparez une feuille ou une acétate à l'avance. Présentez le matériel lentement en encourageant les étudiants à poser des questions. Vous pouvez aussi leur donner une copie de la feuille sur les ressources de consultation et d'entraide.

Activité
(15 minutes)

Au cours de cette activité, les groupes doivent répondre à quelques questions sur une situation précise. (Si la classe n'a pas été divisée en groupes, vous pouvez demander à deux paires de travailler ensemble.)

Pour préparer cette activité, faites un choix parmi les situations décrites à la page suivante. Afin que les groupes puissent tirer une situation au sort, copiez-les (avec les questions qui les accompagnent) sur des feuilles séparées que vous mettez dans une boîte ou un sac. Ou, si vous préférez, vous pouvez photocopier la page suivante, puis découper les situations que vous voulez utiliser. **Voici les mises en situation :**

MISES EN SITUATION

(à photocopier et à découper)

1) Marie-France a fumé une couple de cigarettes avant de venir à la pratique de l'équipe de volley-ball. Comment les autres membres de l'équipe savent-elles que Marie-France a fumé?

---

2) Louis est resté debout très tard hier soir pour terminer une composition et pour se tenir réveillé il a bu plusieurs tasses de café. En se levant ce matin il avait sommeil donc il a pris encore du café. Quelle drogue a-t-il prise? Quels pourraient être les effets de cette drogue sur lui?

---

3) Léona est une étudiante qui a de la difficulté à s'endormir. Il y a quelques semaines, elle a commencé à prendre un somnifère (une pilule pour dormir) avant de se coucher. Maintenant, même en prenant une pilule elle n'arrive pas à dormir. Qu'est-ce qui est arrivé à Léona? Quels sont les risques de son habitude?

---

4) En rentrant de l'école, Jean-Pierre prend deux bières pour se relaxer. Puis il saute sur sa bicyclette pour aller voir ses camarades. Quel sera l'effet de l'alcool sur Jean-Pierre? Quels sont les risques de son comportement?

---

5) Une étudiante qui s'appelle Hélène boit de l'alcool régulièrement. Elle a commencé par en boire pour se détendre de temps en temps. Maintenant elle en prend tous les soirs avant de se coucher. Elle dit que cela l'aide à dormir. Qu'est-ce qui est arrivé à Hélène? Qu'est-ce qui pourrait lui arriver si elle ne cherche pas de l'aide?

---

6) Hervé est un étudiant qui essaie les drogues. Un de ses camarades lui a promis un peu de crack. Qu'est-ce que c'est? Quels seront les effets de cette drogue sur Hervé? Qu'est-ce qui pourrait lui arriver s'il commence à prendre du crack?

---

7) Un jour quelqu'un a donné du LSD à une étudiante qui s'appelle Christine. Si elle le prend, qu'est-ce qui pourrait lui arriver?

---

8) Antoine et ses amis ont trouvé du solvant. Ils décident de le renifler. Quels pourraient être les effets des vapeurs sur eux? Quels sont les risques de cette substance?

---

9) Béatrice, l'amie de ta soeur aînée, est enceinte. De temps en temps elle boit de l'alcool pour se détendre. Quels pourraient être les effets de l'alcool sur Béatrice et son bébé?

---

10) David et ses copains décident de fumer un peu de marijuana avant leur match de hockey. Quels pourraient être les effets de cette drogue sur leur performance?

- Demandez aux groupes de prendre 5 minutes environ pour discuter de la mise en situation qu'ils ont tirée au sort et pour répondre aux questions indiquées.

- Puis demandez aux porte-parole de partager les réponses de leur groupe avec l'ensemble de la classe. Encouragez des commentaires positifs de la part des autres étudiants.

Il vous sera peut-être nécessaire d'ajouter de l'information aux réponses des groupes. Pour faciliter votre travail, nous vous donnons les réponses possibles aux différentes questions :

1 — *mauvaise haleine, vêtements qui sentent mauvais, essouflement pendant le match, doigts jaunis par la nicotine, rythme cardiaque rapide*

2 — *la caféine, nervosité, incapacité de se concentrer, rythme cardiaque rapide, étourdissement (si Louis n'a pas l'habitude de prendre du café), fatigue (parce que le café l'a sans doute empêché de dormir)*

3 — *l'usage régulier des somnifères a causé une tolérance ou une accoutumance; Léona sera peut-être tentée de prendre plus d'une pilule et si elle le fait, elle risque d'avoir de la difficulté à se réveiller le matin; si elle continue à prendre des somnifères, elle pourrait y développer une accoutumance dangereuse.*

4 — *Jean-Pierre peut se sentir plus détendu, mais ses réflexes sont ralentis; il pourrait se sentir étourdi et éprouver de la difficulté à conduire sa bicyclette; l'alcool affecte son jugement. La consommation de l'alcool est interdite en dessous de l'âge de 19 ans.*

5 — *Hélène a développé une accoutumance dangereuse à l'alcool; l'alcool l'aide peut-être à se détendre, mais il affecte son jugement; si Hélène continue à boire de l'alcool, son travail à l'école sera affecté, ainsi que ses relations avec ses amis et sa famille. Hélène pourrait aussi causer des accidents.*

6 — *Le crack est une forme de cocaïne. Si Hervé le prend, son rythme cardiaque augmentera et il pourrait se sentir agité et même agressif. Il se sentira euphorique sous l'effet de la drogue, mais il pourrait se sentir déprimé après. Le crack entraîne une dépendance très rapidement. Si Hervé commence à prendre cette drogue, il aura sans doute besoin d'aide pour pouvoir arrêter d'en prendre.*

7 — *Si Christine prend du LSD, elle pourrait avoir des illusions ou des hallucinations. Elle pourrait aussi avoir des flashbacks après avoir pris la drogue (i.e. l'impression de revivre les sensations de la drogue). Le LSD a des effets imprévisibles.*

8 — *Antoine et ses amis pourraient avoir un sentiment d'euphorie ou des hallucinations. La drogue entre dans les poumons, puis dans le sang et enfin dans tous les organes du corps. La drogue peut causer des dommages permanents aux organes. Les inhalants causent un ralentissement du rythme respiratoire, parfois au point où l'usager perd connaissance ou meurt.*

9 — *L'alcool produit peut-être une sensation de détente, mais il affecte le jugement. Il se pourrait que Béatrice ne sache pas quand il faut arrêter de consommer de l'alcool et elle pourrait causer des accidents. Si elle a un accident, elle pourrait blesser le bébé qu'elle porte. L'alcool que la femme enceinte boit passe dans le sang de son bébé. L'alcool cause un ralentissement du rythme cardiaque du bébé et il peut aussi endommager le cerveau et d'autres organes.*

10 — *La marijuana est un produit de la plante "cannabis". Cette drogue affecte le système nerveux. Elle ralentit le rythme cardiaque et cause une distortion des perceptions. David et ses amis auront peut-être de la difficulté à distinguer entre la réalité et l'imaginaire. Ils risquent d'avoir un accident. Ils pourront croire qu'ils jouent très bien, alors que leurs coéquipiers diront le contraire.*

Conclusion

(5 minutes)

- Rappelez que les buts de la leçon étaient de réviser l'information sur les drogues et de prendre conscience du fait que les drogues n'affectent pas seulement la personne qui les consomme, mais aussi les gens dans son entourage.
- Dans la prochaine leçon, les étudiants auront l'occasion de voir les effets des drogues et comment on peut s'amuser sans drogues.
- Donnez les consignes pour l'activité de suivi qui sera révisée pendant la 2e leçon.

Activité de suivi

Demandez aux étudiants de penser aux activités amusantes qu'ils font cette année et à d'autres qu'ils aimeraient faire. Demandez-leur d'expliquer pourquoi ils aiment ces activités. Expliquez-leur que vous les inviterez à partager leurs idées avec la classe pendant la prochaine leçon.

7e année

Leçon 2

S'AMUSER SANS DROGUES

Objectifs :

- Voir comment on peut s'amuser sans drogues
- Discuter des conséquences de l'usage des drogues

Durée de la leçon :
45 minutes

- **Introduction** : 5 minutes
- **Ce qu'on aime faire** : 10 minutes
- **Mise en situation ("Viens avec nous")** : 15 minutes
- **Discussion** : 10 minutes
- **Conclusion** : 5 minutes

Matériel requis :

- Tableau noir, tableau à feuilles mobiles (flipchart) ou acétates, rétroprojecteur (overhead projector) et écran
- Des crayons et du papier
- Copies de la section sur les ressources dans les Feuilles d'information sur les drogues

Conseils :

- N'allez pas trop vite. Couvrez le contenu de la leçon sans vous presser. Prenez le temps d'encourager les étudiants à poser des questions. Prenez le temps de répondre à leurs questions.
- Vous êtes une équipe de jeunes éducateurs, donc il faut partager le travail d'animation. De cette façon, la même personne ne prend pas toujours la parole.

Introduction

(5 minutes)

- Expliquez que pendant cette leçon vous voulez parler des idées sur des différentes sortes d'activités que les étudiants en 7e peuvent faire et que vous allez aussi discuter des conséquences de l'usage des drogues.
- Révisez l'activité de suivi que vous avez donnée à la fin de la 1re leçon.

Ce qu'on aime faire

(10 minutes)

- Demandez aux étudiants de former leurs groupes (ou de se mettre avec leurs partenaires).
- Demandez aux groupes (ou paires) de discuter des activités qu'ils aiment faire et de leurs raisons. Après avoir écouté les préférences de ses membres, chaque groupe doit choisir une activité qui reflète les intérêts de la plupart de ses membres. L'activité peut être quelque chose qu'on fait à l'école ou en dehors de l'école. Vous devez préciser que l'usage des drogues n'est pas une activité acceptable.
- Expliquez que vous allez demander aux porte-parole de dire à la classe quelle activité leur groupe a choisie et pourquoi. Vous pouvez écrire les consignes au tableau ou sur un tableau à feuilles mobiles, ainsi que le résultats des discussions de groupe.

"Viens avec nous"

(15 minutes)

Le but de cette activité est de montrer que personne n'est obligé de prendre des drogues et qu'il y aura toujours des jeunes qui veulent convaincre les autres que les drogues sont amusantes. Mais nous pouvons faire des choix responsables, malgré les pressions autour de nous.

Un jeune éducateur (1) joue le rôle d'un nouvel étudiant. Sa famille vient d'arriver dans la région. L'étudiant ne connaît personne à l'école et il aimerait être accepté par les autres.

Un deuxième jeune éducateur (2) joue le rôle du chef d'une gang d'étudiants qui jouent avec des drogues. Il essaie de convaincre l'étudiant en question de faire partie de sa gang.

Le jeune éducateur (1) passe d'un groupe d'étudiants à l'autre. Et dans chaque cas, les étudiants, qui jouent eux-mêmes, essayent de le convaincre de participer à l'activité que leur groupe a choisie plus tôt. Autrement dit, chaque groupe offre une autre solution aux drogues. Après que le jeune éducateur (1) a visité un groupe, le jeune éducateur (2) essaie de l'attirer derrière l'école pour prendre une bière avec les membres de sa gang. Mais le nouvel étudiant résiste à cette offre et continue sa tournée des groupes pour savoir ce qu'ils font. S'il y a un troisième jeune éducateur (3), il peut aider les différents groupes à essayer de persuader le nouvel étudiant de rester avec eux. Après avoir visité tous les groupes, le nouvel

étudiant (1) annonce qu'il est content d'avoir découvert qu'il y a beaucoup de choses à faire et que la drogue n'est qu'un choix parmi d'autres. Il décide ne pas aller avec le chef de gang.

Pour conclure l'activité, expliquez à la classe qu'il y a toujours des choix dans la vie mais qu'il n'est pas toujours facile de se décider. L'étudiant intelligent examinera toutes les possibilités et fera son choix en fonction de ce qui est meilleur pour lui.

Si un étudiant s'interroge au sujet des drogues, il y a toujours de l'aide disponible, que ce soit pour lui, ses amis ou sa famille. Vous pouvez distribuer une copie des ressources de consultation et d'entraide.

Discussion

(10 minutes)

Animez une discussion avec l'ensemble des étudiants en vous servant des questions suivantes que vous écrivez au tableau ou sur un tableau à feuilles mobiles. (Si vous préférez, vous pouvez demander aux petits groupes de discuter des questions d'abord, puis de partager leurs réponses avec la classe. Vous encouragerez les commentaires des autres étudiants au moment de la mise en commun des idées.)

Questions :

1) **Quelles tactiques le chef de gang a-t-il utilisées pour convaincre le nouvel étudiant de venir prendre une bière avec sa gang?**

2) **Quelles tactiques le nouvel étudiant a-t-il utilisées pour refuser l'invitation du chef de gang sans être impoli ou méchant?**

3) **Imagine qu'un nouvel étudiant te demande ce qu'il y a d'intéressant à faire. Que lui répondrais-tu?**

4) **Comment l'usage des drogues affecterait-il les activités que tu lui as suggérées?**

Conclusion

(5 minutes)

- Résumez les activités intéressantes ou amusantes qu'on peut faire quand on est en 7e année. Rappelez comment l'usage des drogues pourrait affecter ces activités.

- Expliquez aux étudiants que pendant la prochaine leçon ils auront l'occasion de faire une improvisation pour montrer comment on peut dire "non" aux drogues. Autrement dit, ils pourront apprendre d'autres tactiques de refus.

NOTE : Certains jeunes éducateurs préfèrent animer des discussions à la place des improvisations. Donc, il faut lire l'introduction de la troisième leçon afin de décider quelle formule vous utiliserez.

7e année

Leçon 3

S'AMUSER SANS DROGUES

Objectif :

- Réfléchir aux tactiques pour dire "non" aux drogues

Durée de la leçon :
45 minutes

- **Introduction** : 5 minutes
- **Les différentes tactiques** : 5 minutes
- **Improvisations** : 30 minutes (y compris 5 minutes de préparation)
- **Conclusion** : 5 minutes

Matériel requis :

- Tableau noir, tableau à feuilles mobiles (flipchart) ou acétates, rétroprojecteur (overhead projector) et écran
- Copies des sujets d'improvisation (sur feuilles séparées)
- Boîte ou sac

Conseils :

- N'allez pas trop vite. Couvrez le contenu de la leçon sans vous presser. Prenez le temps d'encourager les étudiants à poser des questions. Prenez le temps de répondre à leurs questions.
- Vous êtes une équipe de jeunes éducateurs, donc il faut partager le travail d'animation. De cette façon, la même personne ne prend pas toujours la parole.

Introduction

(5 minutes)

- Révisez rapidement ce que vous avez fait dans les deux autres leçons. Dans la 1re leçon, les étudiants ont revu l'information sur les drogues et les effets des drogues. Dans la 2e leçon, ils ont identifié les activités qu'ils aiment faire et ils ont vu qu'aucun étudiant n'est obligé de prendre des drogues.

- Dans cette leçon, vous allez identifier et discuter des façons de refuser les drogues sans repousser la personne qui les propose. Ensuite, vous donnerez un sujet d'improvisation à chaque groupe de travail qui doit montrer 2 ou 3 façons efficaces de dire "non" aux drogues.

Si vous ne voulez pas faire faire d'improvisations, vous pouvez donner les mêmes sujets aux groupes en leur demandant d'en discuter, puis de partager leurs idées avec l'ensemble de la classe.

Les différentes tactiques

(5 minutes)

- *Expliquez aux étudiants qu'il y a plusieurs façons de dire "non" aux drogues. En voici quatre :*

  1. **le "non" tout court**
  2. **le "non" qualifié**
  3. **le "non" drôle**
  4. **le "non", t'es mon ami**

- Écrivez les 4 "non" au tableau ou sur un tableau à feuilles mobiles, puis donnez un exemple pour illustrer comment les différentes tactiques fonctionnent.

1) Le "non" tout court : Si quelqu'un t'offre une cigarette, tu dis simplement "Non, merci". Tu n'es pas obligé de te justifier. En disant "non" tout court, tu évites toutes sortes d'explications et tu évites une longue discussion.

2) Le "non" qualifié : Si quelqu'un t'offre une bière, tu réponds "Non, merci, je ne bois pas". De cette façon, tu donnes ta position sans entrer dans une longue explication.

3) Le "non" drôle : Si quelqu'un t'offre un joint, tu réponds "Non, merci. Je n'ai pas le temps, j'ai un rendez-vous chez les extraterrestres tout à l'heure". De cette façon, ton refus est clair, mais tu te sers de l'humour pour donner ta réponse.

4) Le "non", t'es mon ami : Si quelqu'un te propose de la drogue, tu peux dire "non" et en même temps tu peux montrer ton affection pour la personne. Tu dis, par exemple, "non merci, je ne fume pas, mais ça m'inquiète de voir combien de cigarettes tu fumes. Tu sais, tu sens la boucane parfois. Si tu veux arrêter de fumer, je t'aiderai. Tu sais, tu es ma meilleure amie et je t'aime bien". En utilisant cette tactique, tu n'es pas obligé d'expliquer ton propre comportement, mais tu montres que tu t'inquiètes au sujet de ton amie.

Improvisations

(30 minutes)

Avant la leçon, faites un choix parmi les sujets d'improvisation que vous trouverez à la fin de la leçon. Afin que chaque groupe puisse tirer un sujet au sort, copiez-les sur des feuilles séparées et mettez-les dans une boîte ou un sac. Ou, si vous préférez, vous pouvez photocopier les pages appropriées et découper les sujets d'improvisation que vous voulez utiliser.

- Donnez les consignes pour les improvisations. Demandez à chaque groupe de prendre un sujet et de le lire. Après avoir lu leur sujet attentivement, les groupes doivent choisir 2 ou 3 des 4 façons de dire "non" à une offre de drogues. Un étudiant dans chaque groupe joue le rôle de la personne qui propose la drogue et 2 ou 3 autres étudiants, chacun son tour, jouent le rôle de la personne qui dit "non". Les groupes auront 5 minutes environ pour préparer leurs improvisations, puis ils les présenteront à l'ensemble de la classe.

- Après que chaque groupe a fait ses improvisations, encouragez le reste de la classe à faire des commentaires. Vous serez sans doute obligés de limiter la discussion de sorte que tous les groupes aient assez de temps pour faire leurs improvisations.

[Si vous avez préféré utiliser la formule des discussions à la place des improvisations, vous demandez aux groupes de discuter des différentes façons de dire "non" aux drogues selon le sujet qu'ils ont choisi. Ensuite, les porte-parole des groupes font un compte rendu de la discussion à l'ensemble de la classe.]

Conclusion

(5 minutes)

Résumez les messages des 3 leçons :

- **Plus on est informé sur les drogues et leurs effets, mieux on est capable de faire des choix responsables au sujet de l'usage des drogues.**

- **Il y a beaucoup d'activités auxquelles on peut participer. Aucun étudiant n'est obligé de prendre de la drogue.**

- **Chacun peut dire "non" aux drogues et dire ce qu'il en pense.**

- **Si quelqu'un a besoin d'aide au sujet d'un problème de drogue, il y a des ressources de consultation et d'entraide à l'école et dans la communauté.**

Remerciez les étudiants de leur participation. Rappelez aux étudiants qu'il faut continuer à s'informer sur les drogues et sur leurs risques. Ils sont maintenant en mesure de faire des choix responsables et ils peuvent communiquer aux autres leur position au sujet de l'usage des drogues. Il peuvent aussi participer à d'autres programmes de sensibilisation à l'abus des drogues.

Remerciez le professeur de sa présence et de son soutien.

Activité de suivi

Après avoir obtenu l'accord du professeur, demandez aux étudiants de faire une enquête auprès de tous les groupements de jeunes dans leur communauté pour savoir quel genre d'activité ils font pour sensibiliser à l'abus des drogues. Invitez-les à parler de leur enquête avec l'ensemble de la classe. Indiquez quand il leur faudra partager les résultats de leur enquête.

à photocopier et à découper

Sujets d'improvisation

1) Tes parents t'ont donné la permission d'aller à une danse à l'école. Tu dois rencontrer tes amis chez Anne-Marie. Quand tu y arrives, tu découvres que ses parents sont partis et que tous tes amis sont en train de boire de la bière. On t'offre une bière. Tu n'en veux pas. Et tu sais que tes parents ne seraient pas du tout contents et qu'ils ne te laisseraient peut-être plus aller aux danses s'ils le savaient. Mais d'un autre côté, tu es avec tes meilleurs amis.

2) Tu es en train de jaser avec tes amis derrière l'école quand le frère aîné de ton amie Jeanne arrive. Il a quelques joints qu'il vous propose. Tu n'as pas envie d'essayer de la marijuana. Tu ne sais pas très bien ce que c'est. Mais les autres disent que le frère de Jeanne est un gars vraiment bien. Tu n'a pas envie d'avoir l'air bête devant tes amis.

3) Tu arrives chez ton ami Claude. Il est en train de boire de l'alcool. Ses parents viennent de se séparer et son père assiste aux réunions des A. A. (Alcooliques Anonymes). Claude dit que c'est à cause de son père que sa mère est partie. Son père doit rentrer bientôt et Claude veut lui montrer comment c'est de voir quelqu'un de soûl. Il veut absolument que tu prennes un coup avec lui et il n'accepte pas ton "non, merci".

4) Tu es chez ton oncle, Alphonse, le frère de ton père. Il entre dans la cuisine et il prend deux bières du réfrigérateur. Il t'en passe une en te disant : "Tiens, il est temps que tu boives comme un homme".

5) Tu es assise avec ton amie Louise sur le quai. Tout d'un coup elle prend un joint de sa poche et l'allume. Elle te le passe en disant : "Ne dis pas non. Il est temps qu'on l'essaie. Tout le monde en prend."

6) Ta famille a déménagé. Tu ne connais presque personne. Tu fais un tour de ton voisinage et tu vois une bande de jeunes de ton âge près du quai. Voilà une chance de rencontrer du monde. Tu vas les voir. Dès que tu arrives, ils t'offrent une cigarette. Tu vois qu'ils sont tous en train de fumer.

7) Tu viens de passer une bonne journée. Ton équipe de hockey vient de gagner le match. Tu as envie de célébrer. Tu rentres chez toi. Il n'y a personne à la maison sauf ta soeur aînée qui est assise à la table de la cuisine. Elle a bu de l'alcool et elle t'en verse un verre en te disant : "Je me sens déprimée. Prends-en avec moi. Ça me remontera le moral".

8) Tu es en 7e année et le gars de tes rêves t'invite à sortir avec lui. Il est en 9e année. Tes copines sont jalouses! Tu marches avec ton prince charmant. Vous allez à une danse à l'école. Juste avant d'arriver, il sort une bouteille de rhum de sa veste. Il t'en offre : "Tiens, prends-en, ça te détendra. On veut avoir du fun".

---

9) Tu arrives chez ta copine, Anne-Marie, pour travailler sur un projet. Elle garde son petit frère. Vous allez commencer à travailler quand elle sort une bouteille d'alcool. Elle te dit: "Prends-en, ça m'aide toujours à penser. Ça stimule".

---

10) Toi et tes copains faites du camping derrière chez Paul. Vous êtes dans la tente quand Paul dit "Eh les gars, j'ai apporté tout ce qu'il faut pour s'amuser". Il sort un sac à dos plein d'alcool et de cigarettes.

8E ANNEE

8e année

Leçon 1

TES GESTES ONT UN EFFET

Objectif :

- Revoir l'information sur les drogues pour pouvoir faire des choix responsables à leur sujet

Durée de la leçon :
45 minutes

- **Introduction** : 5 minutes
- **Information sur les drogues** : 25 minutes
- **"Génies en herbe"** : 10 minutes
- **Conclusion** : 5 minutes

Matériel requis :

- Tableau à feuilles mobiles (flipchart) ou acétates, rétroprojecteur (overhead projector) et écran
- Des crayons et du papier
- Copies des Feuilles d'information sur les drogues

Conseils :

- N'allez pas trop vite. Couvrez le contenu de la leçon sans vous presser. Prenez le temps d'encourager les étudiants à poser des questions. Prenez le temps de répondre à leurs questions.
- Vous êtes une équipe de jeunes éducateurs, donc il faut partager le travail d'animation. De cette façon, la même personne ne prend pas toujours la parole.

Introduction

(5 minutes)

- Présentez-vous.
- Présentez l'objectif de la leçon. Les étudiants auront l'occasion de revoir la terminologie, les risques et les effets des drogues, et les ressources de consultation et d'entraide. Le but des activités dans cette leçon est de montrer qu'en s'informant sur les drogues, les étudiants seront en mesure d'accepter la responsabilité de leurs choix.
- Il est préférable de travailler avec des groupes de quatre. Demandez au professeur de grouper les étudiants avant votre arrivée. Expliquez aux étudiants qu'ils resteront dans ces groupes pour les trois leçons. (Si le professeur déconseille le travail en groupes, vous pouvez faire les activités avec l'ensemble de la classe.)

Information sur les drogues

(25 minutes)

- Révisez les différentes sections des Feuilles d'information sur les drogues. Préparez à l'avance une feuille du tableau ou une acétate sur chacune des sections. Cette présentation visuelle est très importante et sert d'appui à votre présentation orale.
- Révisez une section à la fois et donnez à chaque groupe une activité tirée des Feuilles d'information. Après le temps alloué, vous pouvez demander aux porte-parole de partager les idées de leur groupe avec le reste de la classe.
- Terminez cette partie de la leçon avec une révision des ressources de consultation et d'entraide.
- Pour garder l'attention des étudiants, il est préférable de distribuer le matériel écrit après vos présentations.

"Génies en herbe"

(10 minutes)

- *Expliquez aux étudiants que vous aimeriez jouer un jeu qui consiste à deviner les mots que vous définissez.* Les étudiants doivent travailler en équipes de quatre. Voici comment le jeu se déroule :

1) Vous donnez à chaque équipe un nom ou un numéro que vous écrivez au tableau.
2) Un des jeunes éducateurs lit une définition.
3) Les équipes ont 5 secondes de consultation pour trouver le mot qui correspond à la définition.
4) Le deuxième jeune éducateur surveille les équipes et note le score au tableau. Il invite la première équipe dont tous les membres ont levé la main à donner le mot qui vient d'être défini. Si la réponse est bonne, l'équipe reçoit un point. Si la réponse est mauvaise, la deuxième équipe à lever les mains a le droit de répondre, et ainsi de suite.
5) Après qu'une équipe répond correctement, un des jeunes éducateurs répète clairement la bonne réponse.
6) Si une équipe donne une réponse qui est correcte, mais qui ne correspond pas à la réponse indiquée ci-dessous, un des jeunes éducateurs lit la réponse alternative.
7) L'équipe qui a le plus de bonnes réponses gagne le jeu.

Définitions :

(les mots que les équipes doivent deviner se trouvent entre parenthèses) :

1. **Une drogue qui stimule les réactions du corps.**
   [un stimulant]

2. **Une drogue qui peut aussi affecter les gens qui n'en prennent pas, dans une pièce fermée.**
   [la nicotine]

3. **Une drogue qui se trouve dans des tablettes de chocolat.**
   [la caféine]

4. **Une drogue qui constitue une forme de cocaïne.**
   [le crack]

5. **Les pilules pour faire maigrir contiennent ces drogues.**
   [les amphétamines]

6. **Une drogue qui ralentit les réactions du corps.**
   [un dépresseur]

7. **Un terme commun pour décrire les symptômes de sevrage de l'alcool.**
   [une gueule de bois]

8. **Ce qui se développe lorsque le corps s'adapte à une drogue.**
   [une tolérance]

9. **La colle est un exemple de cette catégorie de drogues.**
   [les inhalants]

10. **Un exemple commun d'un dépresseur que les gens boivent.**
    [l'alcool]

11. **Une drogue qui peut stimuler ou ralentir les réactions du corps et qui affecte la perception.**
    [un perturbateur]

12. **La marijuana, le haschich et l'huile de haschich en sont des produits.**
    [le cannabis]

13. **Ce qui se développe lorsqu'une personne prend une drogue régulièrement et ne peut pas s'en passer.**
    [une dépendance]

14. **Les symptômes qui se manifestent lorsqu'une personne arrête de prendre une drogue.**
    [le sevrage]

Conclusion

(5 minutes)

- Remerciez les étudiants de leur participation.
- **Rappelez aux étudiants qu'en s'informant sur les effets des drogues, ils seront capables de faire des choix responsables au sujet de l'usage des drogues.** Lorsqu'on fait un choix, il est important de penser aux conséquences de son choix.

- Demandez aux étudiants de prendre conscience de leurs responsabilités, en réfléchissant aux points suivants :

1) *Tout le monde sera obligé, à un moment ou à un autre, de faire un choix au sujet des drogues.*

2) *Si on ne sait rien sur les effets des drogues, on ne peut pas faire un choix informé.*

3) *Quand on a assez d'information pour faire un choix, il faut penser aux conséquences de son choix.*

4) *Quand on n'a pas assez d'information on doit prendre la responsabilité de trouver l'information nécessaire.*

- Dites aux étudiants que dans la prochaine leçon vous allez discuter du genre d'influence que les étudiants peuvent avoir dans la vie de leurs amis.

Activité de suivi :

Demandez à chaque groupe de penser à une activité pour continuer le travail de sensibilisation à l'abus des drogues.

Les étudiants pourraient préparer une table d'information ou inviter un membre d'un groupe d'entraide, un membre du personnel du Service de la toxicomanie ou un agent de la G.R.C. à parler à la classe. Demandez aux étudiants de s'informer sur les ressources de consultation et d'entraide qui existent à l'école et dans la communauté. Après avoir consulté le professeur, précisez quand ils doivent partager leurs suggestions et leur renseignements avec la classe.

8e année

Leçon 2

TES GESTES ONT UN EFFET

Objectif :

- Amener les étudiants à penser comment ils peuvent avoir un effet positif sur les gens qui les entourent

Durée de la leçon :
45 minutes

- **Introduction** : 5 minutes
- **Mise en situation (Que dire de l'étoile?)** : 15 minutes
- **Jeu de rôle (Ta responsabilité)** : 20 minutes
- **Conclusion** : 5 minutes

Matériel requis :

- Tableau à feuilles mobiles (flipchart) ou acétates, rétroprojecteur (overhead projector) et écran
- Copies de la mise en situation et des questions pour "Que dire de l'étoile?"
- 5 copies du jeu de rôle "Ta responsabilité"
- Copies de la section sur les ressources dans les Feuilles d'information sur les drogues
- Boîte ou sac; sujets d'improvisations pour la Leçon 3

Conseils :

- N'allez pas trop vite. Couvrez le contenu de la leçon sans vous presser. Prenez le temps d'encourager les étudiants à poser des questions. Prenez le temps de répondre à leurs questions.

- Vous êtes une équipe de jeunes éducateurs, donc il faut partager le travail d'animation. De cette façon, la même personne ne prend pas toujours la parole.

Introduction

(5 minutes)

- Commencez par rappeler aux étudiants que dans la 1re leçon vous avez vu comment l'information sur les drogues nous aide à faire des choix responsables.
- Dans cette leçon, les étudiants verront comment on peut avoir un effet positif sur la vie des autres. Il y aura deux activités. Une activité leur permet d'utiliser leurs connaissances sur les drogues pour proposer des solutions à un problème. L'autre activité leur permet de voir comment on peut avoir un effet positif ou négatif sur une personne qui consomme de la drogue.

Que dire de l'étoile?

(15 minutes)

Le but de cette activité est d'examiner (1) la responsabilité de la personne qui décide de consommer de la drogue et (2) comment sa décision affecte les gens qui l'entourent.

- Révisez rapidement les différentes catégories de drogues : les stimulants, les dépresseurs et les perturbateurs.
- Distribuez une copie de la mise en situation ("Que dire de l'étoile?") et les questions qui l'accompagnent à chaque groupe de travail.
- Demandez aux groupes de prendre 7 minutes environ pour examiner la mise en situation et pour répondre aux questions en fonction d'une des trois catégories de drogues. (par exemple: Groupes 1 et 2 : les stimulants; Groupe 3 : les dépresseurs; Groupe 4 : les perturbateurs)
- Chaque groupe doit choisir un secrétaire et un porte-parole.
- Après le temps alloué, demandez aux porte-parole de partager les réponses de leur groupe avec la classe. Encouragez les autres étudiants à faire des commentaires positifs.

MISE EN SITUATION
(à photocopier et à distribuer)

Que dire de l'étoile?

Tu fais partie d'une équipe sportive qui participe à un tournoi très important. Ton équipe s'est rendue jusqu'à la finale. Vous attendez avec impatience l'arrivée de votre meilleur joueur. Le voilà qui se présente deux minutes avant le commencement de la finale. Non seulement votre joueur arrive en retard, mais il arrive sous l'influence d'une drogue.

Selon la catégorie de drogues que votre groupe examine, identifiez la drogue que le joueur étoile a prise. Puis, répondez aux questions suivantes. Vous partagerez les réponses de votre groupe avec le reste de la classe.

1. Décrivez le comportement du joueur. Énumérez quelques effets de cette drogue que votre étoile pourrait sentir.

2. Comment l'usage de cette drogue par le joueur va-t-il affecter la performance de l'équipe?

3. Tu es un des meilleurs amis du joueur en question. Son comportement t'inquiète beaucoup. Que lui dirais-tu?

4. Ton équipe perd. Qu'est-ce que le joueur va te dire? Que va-t-il dire aux membres de l'équipe? ("Je m'excuse" n'est pas suffisant!)

5. L'usage de la drogue a eu un effet négatif sur la performance du joueur et sur les autres membres de l'équipe. En montrant qu'il accepte la responsabilité de ses actes, le joueur pourrait avoir un effet positif sur toi et les autres membres de l'équipe. Indiquez deux façons dont le joueur pourrait montrer qu'il accepte la responsabilité de ses actes.

Ta responsabilité

(20 minutes)

Avant de commencer cette activité, il est important d'expliquer aux étudiants que nous pouvons avoir **un effet positif** *ou* **un effet négatif** *sur une personne qui consomme de la drogue.* Parfois notre comportement aide la personne à continuer à prendre de la drogue. Dans ce cas, notre influence est négative. Nous pouvons avoir une influence positive si nous encourageons la personne à accepter la responsabilité de ses choix.

Le but de cette activité est de faire voir la différence entre une influence positive et une influence négative. Nos gestes ont un effet.

- Expliquez le déroulement de l'activité.
  - Un des jeunes éducateurs joue le rôle d'un étudiant qui demande de l'aide à 4 personnes différentes. Quatre étudiants jouent le rôle de ces personnes. (Nous vous recommandons de choisir les étudiants en consultation avec le professeur.)
  - Deux des personnes acceptent de faire ce que l'étudiant (joué par le jeune éducateur) leur demande. Ces personnes se placent d'un côté de la salle.
  - Deux des personnes refusent de faire ce que l'étudiant leur demande. Ces personnes se placent de l'autre côté de la salle.
  - Donnez une copie du texte de la conversation entre les différents personnages aux 4 étudiants. (Si vous préférez, vous pouvez demander aux étudiants d'improviser leurs réponses, mais il faut vous assurer qu'ils comprennent exactement la position qu'ils doivent prendre vis-à-vis de la personne qui leur demande une faveur.)

Pour conclure cette activité, demandez aux étudiants (en petits groupes, si possible) de discuter des 2 questions suivantes. Écrivez les questions au tableau ou sur un tableau à feuilles mobiles. Dites aux étudiants que vous les inviterez à partager leurs conclusions avec le reste de la classe.

1) En refusant la faveur que l'étudiant demande, deux personnes ont une influence positive. Pourquoi?

2) Quelle serait une autre façon d'avoir une influence positive sur une amie qui consomme de la drogue?

En réfléchissant à ces questions, les étudiants devraient arriver aux conclusions suivantes.

- On peut avoir une influence positive sur une personne qui consomme de la drogue.
- On peut montrer qu'on l'aime en l'écoutant.
- On peut montrer qu'on l'aime en refusant de faire des faveurs qui l'aident à consommer de la drogue.
- On peut montrer qu'on l'aime en lui signalant les ressources de consultation et d'entraide.

Conclusion

(5 minutes)

- Remerciez les étudiants de leur participation.
- Rappelez-leur que cette leçon a montré comment ils peuvent avoir un effet positif dans la vie des autres.
- Dans la 3e leçon, ils auront l'occasion de revenir sur l'influence positive de leurs gestes en faisant des improvisations à partir de situations concrètes.

Activité de suivi :

- Photocopiez et découpez à l'avance les sujets d'improvisations que nous vous fournissons à la fin de cette leçon. Placez les sujets dans une boîte ou un sac.
- Demandez à chaque petit groupe de tirer un sujet au sort.
- Expliquez aux étudiants qu'ils ne sont pas obligés de préparer d'une façon formelle leurs improvisations, mais seulement d'y réfléchir. Expliquez qu'il s'agit de réfléchir aux approches positives qu'ils pourraient montrer dans leurs improvisations. Le but de ces improvisations est de montrer l'effet positif qu'on peut avoir sur les gens.

Ta responsabilité

Texte du jeu de rôle *(à photocopier et à distribuer aux participants)*

ÉTUDIANT *(joué par le jeune éducateur)* : Robert, passe-moi tes devoirs de math. Il faut que je copie tes réponses. Je n'ai pas eu le temps de faire mes devoirs. J'étais chez Jean-Paul hier soir. Qu'est-ce qu'on s'est amusé! J'ai un mal de tête comme tu ne peux pas imaginer!

a) l'influence négative

ROBERT *(joué par l'étudiant 1)* : Encore? Ça fait trois fois ce mois-ci que je te donne mes réponses. Je fais le travail et toi, tu as toujours tes bonnes notes!

ÉTUDIANT *(joué par le jeune éducateur)* : Ça va, ça va. Ce sera la dernière fois, je te le promets. Si tu ne le fais pas, j'aurai un gros zéro. Tu sais que mon père sera fâché. S'il te plaît.

ROBERT : D'accord, je te les passe. Mais je te préviens, c'est la dernière fois.

.....

ÉTUDIANTE *(jouée par le jeune éducateur)* : Au revoir, Maman! Je vais chez les LeBlanc. Je vais garder leur bébé. Je ferai mes devoirs chez eux. Louise viendra travailler avec moi.

MAMAN *(jouée par l'étudiante 2)* : C'est dôle, j'ai vu Madame LeBlanc tout à l'heure et elle ne m'en a pas parlé. Tu sais, la dernière fois que tu m'as dit que tu allais chez eux, tu as rencontré ta gang sur le quai et vous avez bu de la bière. Je t'ai dit que tu ne pouvais plus sortir en semaine.

b) l'influence négative

ÉTUDIANTE *(jouée par le jeune éducateur)* : Je te jure que c'est vrai, Maman. Tu n'as qu'à téléphoner à Louise, si tu ne me crois pas.

MAMAN : Bon, bon, ça suffit. Je te laisse sortir. Mais je te préviens, si tu rentres soûle comme la dernière fois, tu resteras à la maison pendant toute la fin de semaine.

ÉTUDIANTE *(jouée par le jeune éducateur)* : Oui, Maman.

.....

ÉTUDIANT *(joué par le jeune éducateur)* : Robert, passe-moi tes devoirs de math. Il faut que je copie tes réponses. Je n'ai pas eu le temps de faire mes devoirs. J'étais chez Jean-Paul hier soir. Qu'est-ce qu'on s'est amusé! J'ai un mal de tête comme tu ne peux pas imaginer!

a) l'influence positive

ROBERT *(joué par l'étudiant 3)* : Non, il n'en est pas question. Je t'ai dit la dernière fois que je n'allais plus te passer mes devoirs. D'ailleurs, tu me demandes beaucoup ces temps-ci. Je t'ai passé mes devoirs, je t'ai prêté de l'argent que tu ne m'as pas encore rendu, et l'autre jour tu m'as demandé de dire au professeur que tu étais malade quand tu as sauté un cours.

ÉTUDIANT *(joué par le jeune éducateur)* : Mais j'étais malade. J'avais un mal de tête. S'il te plaît. C'est la dernière fois que je te demanderai une faveur, je te le promets.

ROBERT : Non. Ça ne m'intéresse plus de faire tes devoirs pour toi. C'est à toi de les faire.

.....

ÉTUDIANTE *(jouée par le jeune éducateur)* : Au revoir, Maman! Je vais chez les LeBlanc. Je vais garder leur bébé. Je ferai mes devoirs chez eux. Louise viendra travailler avec moi.

b) l'influence positive

MAMAN *(jouée par l'étudiante 4)* : Non. Tu sais bien que la dernière fois que tu m'as dit que tu allais chez les LeBlanc, tu as rencontré ta gang sur le quai et tu es rentrée soûle. Je t'ai déjà dit que je ne veux plus que tu sortes en semaine.

ÉTUDIANTE *(jouée par le jeune éducateur)* : Mais ce n'est pas juste! J'ai promis à Madame LeBlanc. Elle est une de tes meilleures amies.

MAMAN : Je regrette. Louise peut garder le bébé. Je t'aime beaucoup et c'est toi qui m'intéresses. C'est toi qui es rentrée soûle. Il faut que tu acceptes les conséquences de tes actes.

.....

(à photocopier et à découper)

Sujets d'improvisation

1) Réjean veut emprunter de l'argent pour acheter de la bière pour un party.

- Il demande à sa soeur aînée de lui donner de l'argent.
- Sa mère surprend Réjean en train de prendre de l'argent de son sac à main.
- Il demande à son meilleur ami de lui prêter quelques dollars.

2) Camille veut acheter un paquet de cigarettes, mais il ne lui reste plus d'argent.

- Elle demande à ses parents de lui donner quelques dollars.
- Elle vole un paquet de cigarettes à la pharmacie.
- On découvre qu'elle a volé cinq dollars quand elle était chez les voisins.

3) Richard a un examen aujourd'hui. Il a fêté hier soir et il a bu. Donc il n'a pas ouvert ses livres.

- Il dit à sa mère qu'il ne se sent pas bien.
- Il demande à son frère aîné de téléphoner à l'école.
- Il demande à un camarade de le laisser copier ses réponses.

4) Denise doit faire une présentation dans son cours de français ce matin. Elle aurait dû aller travailler chez sa partenaire, Julie, hier soir. Mais Denise n'y est pas allée parce qu'elle était soûle.

- Denise dit à sa mère qu'elle ne peut pas aller à l'école ce matin parce qu'elle est malade.
- Elle dit à son professeur qu'elle n'a pas pu travailler sur sa présentation parce qu'elle a dû surveiller le bébé de la voisine.
- Elle demande à Julie si elle peut faire une partie de la présentation même si elle n'a pas fait le travail.

5) Jean-Michel veut un peu de marijuana.

- Il demande à sa soeur aînée de lui prêter de l'argent pour pouvoir en acheter.
- Il demande à son meilleur ami de lui dire où il peut trouver de la marijuana.
- Il demande à un ami en 9e d'aller avec lui pour en acheter.

8e année

Leçon 3

TES GESTES ONT UN EFFET

Objectif :

- Amener les étudiants à penser comment ils peuvent avoir un effet positif sur les gens qui les entourent

Durée de la leçon :
45 minutes

- **Introduction** : 5 minutes
- **Improvisations** : 35 minutes (y compris 10 minutes de préparation)
- **Discussion** (activité pour remplacer les improvisations) : 35 minutes
- **Conclusion** : 5 minutes

Matériel requis :

- Tableau à feuilles mobiles (flipchart) ou acétates, rétroprojecteur (overhead projector) et écran
- Du papier et des crayons
- Copies des sujets d'improvisations (voir Leçon 2) ou copies des mises en situation à discuter

Conseils :

- N'allez pas trop vite. Couvrez le contenu de la leçon sans vous presser. Prenez le temps d'encourager les étudiants à poser des questions. Prenez le temps de répondre à leurs questions.
- Vous êtes une équipe de jeunes éducateurs, donc il faut partager le travail d'animation. De cette façon, la même personne ne prend pas toujours la parole.

Introduction

(5 minutes)

- Expliquez aux étudiants que vous voulez continuer à travailler sur l'influence positive qu'on peut avoir dans la vie des autres.
- **Toute cette leçon sera consacrée aux improvisations.**

(Si le professeur préfère que vous animiez des discussions à la place des improvisations, vous trouverez pour cela une liste de mises en situation à discuter à la fin de la leçon.)

Improvisations

(35 minutes)

- Expliquez aux étudiants que cette activité se déroulera en 3 temps. D'abord les groupes auront 10 minutes pour préparer leurs improvisations; ensuite chaque groupe aura 3 minutes pour faire ses improvisations devant la classe; enfin il y aura une discussion sur le contenu des improvisations de chaque groupe.

- *Avant que la classe se divise en petits groupes, rappelez aux étudiants que les personnages dans leurs improvisations ne doivent pas encourager l'habitude de la personne qui consomme de la drogue. Autrement dit, vous voulez que les improvisations montrent des exemples d'influences positives.*

- Vous pouvez écrire la phrase suivante au tableau, afin de donner un exemple d'une influence positive :

"Non. Je ne vais pas faire tes devoirs pour toi. Ton travail, c'est ta responsabilité. Je t'aime bien, mais tu m'inquiètes."

- Circulez parmi les groupes afin de les aider avec leurs improvisations, si nécessaire.

- Lorsque les groupes font leurs improvisations, demandez aux étudiants qui les regardent de noter d'autres stratégies positives qu'on aurait pu utiliser pour faire face à la situation.

- Après que chaque groupe a fait ses improvisations, invitez les autres étudiants à faire des commentaires sur le contenu des improvisations (et non sur la qualité).

Il est important de souligner qu'on peut avoir un effet positif en encourageant la personne qui consomme de la drogue à accepter la responsabilité de ses actes. On peut montrer son affection envers la personne en l'écoutant et en lui suggérant des personnes-ressources. Si un étudiant veut de l'aide, il est important qu'il puisse parler avec quelqu'un en qui il a confiance, quelqu'un qui l'écoute et qui connaît les ressources de consultation et d'entraide.

- Révisez la section sur les ressources dans les Feuilles d'information sur les drogues.

Conclusion

(5 minutes)

- Remerciez les étudiants de leur travail et de leur participation.
- Remerciez le professeur de son soutien.
- Rappelez aux étudiants que la sensibilisation sur l'abus des drogues est une activité qui doit se poursuivre. Ils savent maintenant qu'ils peuvent avoir une influence positive sur les gens qui les entourent.
- Reparlez des ressources de consultation et d'entraide. Le thème de ces 3 leçons était "Tes gestes ont un effet". Ce qui compte, c'est le genre d'effet qu'on produit.

Discussion de groupe

(35 minutes)

Au lieu de faire faire des improvisations, vous pouvez demander aux petits groupes (ou à toute la classe) de discuter des situations à la page suivante.

- Donnez à chaque groupe une des situations.
- Demandez aux groupes de décider comment on pourrait avoir *une influence positive* sur la personne décrite dans la situation. **Il est important de souligner qu'on peut montrer son affection en écoutant la personne et en lui signalant les ressources de consultation et d'entraide.**
- Dites aux groupes qu'ils auront 5 minutes pour décider comment ils pourraient *aider* la personne décrite dans la situation.
- Après le temps alloué, demandez aux porte-parole de partager les conclusions de leur groupe avec le reste de la classe. Avant d'expliquer ce que son groupe a décidé, le porte-parole doit lire à haute voix la situation que son groupe a examinée.
- Après que chaque porte-parole a parlé, invitez les autres étudiants à suggérer d'autres façons d'aider la personne décrite dans la situation.

Mises en situation

(à photocopier et à découper)

Tu ne connais pas Anne-Marie très bien, mais tu travailles avec elle sur un projet d'histoire. Tu vas chez elle pour travailler. Ses parents sont sortis. Dès que tu arrives, elle sort deux bières qu'elle met sur la table de la cuisine. "Prends-en, dit-elle, ça aide à penser. J'en prends toujours quand je travaille."

Ton frère aîné, Jean-Yves, a toujours été ton idole, mais il semble différent depuis quelque temps. Il a changé. Il n'est presque jamais à la maison et il ne te parle presque plus. Tu viens d'apprendre d'un de tes camarades qu'il manque souvent ses classes et qu'il fréquente deux gars qui prennent de la drogue. Tu aimerais parler avec lui, mais tu as peur qu'il se fâche.

Ton frère cadet, Marc, paraît bizarre. Tu as l'impression qu'il a bu. Tu lui demandes qu'est-ce qu'il a. Il te dit qu'il a pris une couple de bières, juste pour essayer. Il te dit qu'il veut se taper un peu d'expérience avant d'aller en 7e.

Roseanna a peur. Ses parents viennent de se séparer. Sa mère a commencé à boire beaucoup depuis quelque temps. Le père de Roseanna veut que sa fille habite chez lui. Roseanna croit que ce sera peut-être une solution. Ce serait sûrement plus tranquille. Mais d'un autre côté, sa mère a besoin d'elle. Elle boirait peut-être plus si elle n'était pas là. Roseanna te demande si elle peut venir coucher chez toi quelques nuits pour pouvoir réfléchir.

Ton ami Richard te téléphone. Sa famille a déménagé. Il ne s'est pas encore fait d'amis. Il vient de rencontrer quelques gars sympathiques qui l'ont invité à aller avec eux après l'école. Il découvre qu'ils prennent de la drogue. Richard te dit qu'il n'a pas envie d'en prendre, mais qu'il aimerait avoir des amis.

9E ANNEE

9e année

Leçon 1

DES SOLUTIONS, NOUS EN AVONS

Objectif :

- Discuter de l'information sur les drogues et réviser les connaissances des étudiants sur les drogues

Durée de la leçon :
45 minutes

- **Introduction** : 5 minutes
- **Information sur les drogues** : 20 minutes
- **Mots croisés** : 15 minutes
- **Conclusion** : 5 minutes

Matériel requis :

- Tableau à feuilles mobiles (flipchart) ou acétates, rétroprojecteur (overhead projector) et écran
- Copies de la grille pour les mots croisés
- Copies des Feuilles d'information sur les drogues

Conseils :

- N'allez pas trop vite. Couvrez le contenu de la leçon sans vous presser. Prenez le temps d'encourager les étudiants à poser des questions. Prenez le temps de répondre à leurs questions.
- Vous êtes une équipe de jeunes éducateurs, donc il faut partager le travail d'animation. De cette façon, la même personne ne prend pas toujours la parole.

Introduction

(5 minutes)

- Présentez-vous.
- Présentez les objectifs des 3 leçons.

Les étudiants en 9e année s'intéressent aux questions d'ordre moral. Ils sont préoccupés d'une façon générale par le problème des drogues dans la société. Mais ils n'ont peut-être jamais pensé au rôle précis qu'ils pourraient jouer dans la lutte contre l'abus des drogues. Au cours de ces 3 leçons, ils auront l'occasion d'explorer l'influence positive qu'ils pourront avoir dans leur école et dans leur communauté.

- Dans la 1re leçon, les étudiants réviseront l'information sur les drogues. Certains étudiants auront déjà étudié le matériel, mais la révision leur permettra de poser des questions et de confirmer leurs connaissances.

- La 2e leçon sera consacrée aux moyens d'aider quelqu'un qui a un problème de drogue.

- Dans la 3e leçon, les étudiants discuteront des questions concernant les drogues. Ils examineront les activités qu'ils pourraient entreprendre pour continuer leur travail de sensibilisation à l'abus des drogues.

Avec l'aide du professeur, divisez la classe en 4 ou 5 petits groupes. Expliquez aux étudiants qu'ils resteront dans ces groupes pour les trois leçons. (Si le professeur déconseille le travail en groupes, vous pouvez demander aux étudiants de travailler avec un partenaire ou vous pouvez faire les activités avec l'ensemble de la classe.)

Information sur les drogues

(20 minutes)

- Révisez les différentes sections des Feuilles d'information sur les drogues. Préparez à l'avance un tableau à feuilles mobiles ou des acétates sur chacune des sections (la terminologie, les risques, les catégories et les effets, et les ressources). Si vous préférez, vous pouvez distribuer des copies du matériel.

- Révisez une section à la fois et donnez à chaque groupe une activité tirée de chaque section.

- Chaque groupe doit choisir un secrétaire et un porte-parole.

- Après le temps alloué, demandez aux porte-parole de partager les conclusions de leur groupe avec le reste de la classe. Encouragez les commentaires des autres étudiants, mais vous serez obligés de limiter la discussion pour ne pas dépasser le temps prévu.

- Lorsque vous arrivez à la section sur les ressources, vous pouvez simplement signaler l'information en expliquant aux étudiants que vous allez revenir sur les ressources de consultation et d'entraide pendant la prochaine leçon.

Mots croisés

(15 minutes)

Le but de cette activité est de renforcer les connaissances acquises au cours de votre révision de l'information sur les drogues.

- Donnez une copie de la grille à chaque groupe.
- Lorsque les groupes auront complété la grille, révisez les réponses avec l'ensemble de la classe. Lisez à haute voix les questions et demandez aux étudiants de vous fournir les mots appropriés. (Vous trouverez la solution ci-dessous.)

Conclusion

(5 minutes)

- Rappelez les buts de la leçon : discuter de l'information sur les drogues et réviser les connaissances.
- Remerciez les étudiants de leur participation.
- Expliquez que pendant la prochaine leçon, vous allez voir comment on peut affrir de l'aide à quelqu'un qui est préoccupé par l'usage de la drogue — que ce soit l'usage personnel ou l'usage par une personne dans son entourage. Les étudiants auront aussi l'occasion de parler des ressources à l'école et dans la communauté.

SOLUTION aux mots croisés

Horizontalement :

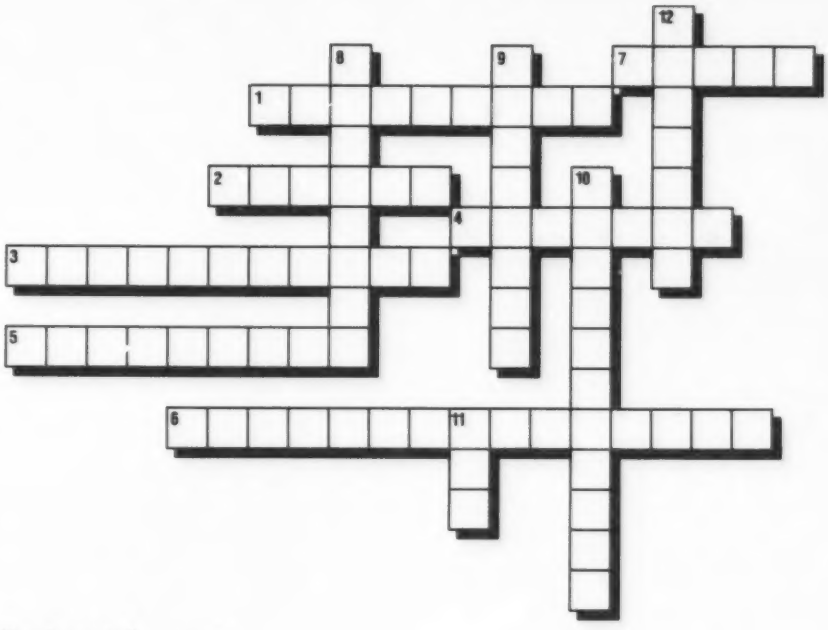
1. un stimulant
2. l'alcool
3. une amphétamine
4. la caféine
5. une tolérance
6. les tranquillisants
7. la colle

Verticalement :

8. la nicotine
9. le cannabis
10. les dépresseurs
11. le LSD
12. la cocaïne

Mots croisés

(Grille à photocopier et à distribuer)



Horizontalement :

1. Comment s'appelle une drogue qui stimule les réactions chez la personne qui la consomme?
2. L'abus de cette drogue est la cause principale des accidents de voiture.
3. Certains médicaments pour faire maigrir contiennent ces drogues.
4. Comment s'appelle la drogue qui se trouve dans des tablettes de chocolat et des boissons gazeuses "colas"?
5. Qu'est-ce qui se développe lorsqu'une personne a besoin d'une quantité toujours plus grande d'une drogue pour ressentir les mêmes effets?
6. Les somnifères et les sirops contre la toux contiennent souvent ce genre de drogues.
7. Un exemple d'un inhalant.

Verticalement :

8. Comment s'appelle la drogue qui affecte aussi les gens qui ne la consomment pas, dans une pièce fermée?
9. Comment s'appelle la plante d'où proviennent la marijuana et le haschich?
10. Comment s'appellent les drogues qui ralentissent les réactions du corps?
11. Comment s'appelle la drogue qui cause des "flashbacks"?
12. Le crack est une forme de cette drogue.

9e année

Leçon 2

DES SOLUTIONS, NOUS EN AVONS

Objectifs :

- Discuter de comment on peut aider un ami ou un membre de la famille qui est affecté directement ou indirectement par l'usage de la drogue.
- Réviser les ressources disponibles

Durée de la leçon :
45 minutes

- **Introduction** : 5 minutes
- **Ressources à l'école et dans la communauté** : 15 minutes
- **Montre ta volonté d'aider** : 15 minutes
- **L'amitié** : 10 minutes
- **Conclusion** : 5 minutes

Matériel requis :

- Tableau à feuilles mobiles (flipchart) ou acétates, rétroprojecteur (overhead projector) et écran
- Copies des mises en situation (sur feuilles séparées)
- Copies des Feuilles d'information sur les drogues (les ressources)
- Boîte ou sac

Conseils :

- N'allez pas trop vite. Couvrez le contenu de la leçon sans vous presser. Prenez le temps d'encourager les étudiants à poser des questions. Prenez le temps de répondre à leurs questions.
- Vous êtes une équipe de jeunes éducateurs, donc il faut partager le travail d'animation. De cette façon, la même personne ne prend pas toujours la parole.

Introduction

(5 minutes)

- Présentez l'objectif de la leçon, qui est de voir comment on peut aider un ami ou un membre de la famille qui est affecté directement ou indirectement par l'usage de la drogue.

Au cours de la leçon, les étudiants parleront des ressources d'aide disponibles à l'école et dans la communauté. Ils auront la possibilité de discuter, à partir de situations concrètes, de comment on peut aider une personne dont la vie est affectée d'une façon négative par la drogue. À la fin de la leçon, les étudiants parleront des différentes situations où ils ont pu aider leurs amis dans le passé (des situations qui n'ont peut-être rien à voir avec les drogues).

Si la classe a été divisée en petits groupes pour la 1re leçon, demandez aux étudiants de reformer leurs groupes.

Ressources à l'école et dans la communauté

(15 minutes)

Pour préparer cette partie de la leçon, il faut faire une liste des noms des personnes-ressources dans votre école et dans votre communauté. *Il s'agit de compléter les renseignements que vous trouverez dans la section consacrée aux ressources dans les Feuilles d'information sur les drogues.* Le personnel aux bureaux régionaux du Service de la toxicomanie peut vous fournir des noms. Vous pourriez aussi contacter les organismes d'entraide comme Al-Anon et Alateen pour savoir quand leurs réunions ont lieu dans votre communauté. Vous devez aussi vous informer auprès de votre conseiller d'orientation pour connaître la politique de prévention de l'abus de l'alcool et des drogues dans votre école.

- *Il est important de communiquer les noms et les numéros de téléphone des personnes-ressources aux étudiants. Il est préférable de distribuer une copie de votre liste à tous les étudiants. De cette façon n'importe quel étudiant peut appeler une personne-ressource sans être obligé de demander un nom devant toute la classe.*

- *Lorsque vous révisez les ressources disponibles, il est important de souligner que ces personnes ou ces organismes offrent de l'aide aux gens qui sont affectés directement et indirectement par l'usage des drogues. Les étudiants sont souvent préoccupés par un problème de drogue au sein de leur famille.*

- Expliquez aux étudiants les démarches à suivre lorsqu'on cherche de l'aide au sujet d'un problème de drogue. Écrivez les 4 titres suivants au tableau ou sur un tableau à feuilles mobiles :

1. Trouve un ami en qui tu as confiance

- Parfois un ami qui a un problème de drogue se sent seul. Quelquefois il lui suffit de participer à des activités avec d'autres jeunes. Demandez à chaque petit groupe d'identifier quelques organisations à l'école ou dans la communauté (des guides et des scouts, par exemple).

- Si l'ami est préoccupé parce que quelqu'un d'autre a un problème de drogue, il est très important que l'ami comprenne qu'il n'est pas la cause du problème et qu'il ne peut pas régler le problème d'un autre. L'ami peut trouver des manières positives de faire face à la situation. Mais il doit pouvoir se confier à quelqu'un en qui il a confiance.

2. Trouve un adulte en qui tu as confiance

- Si une amie nous parle d'un problème concernant la drogue, nous pouvons en parler avec un adulte en qui nous avons confiance. Demandez à chaque petit groupe de penser à une personne à qui on pourrait s'adresser (par exemple: un prêtre, une personne-ressource dans la communauté, ou un conseiller d'orientation)

3. Trouve des personnes-ressources à l'école

- Quelquefois un ami qui est préoccupé par un problème de drogue commence à avoir des difficultés à l'école. Il pourrait parler avec une personne-ressource à l'école (comme le conseiller d'orientation ou le professeur responsable des programmes de sensibilisation à l'abus des drogues). Demandez aux petits groupes d'identifier les personnes dans leur école à qui on pourrait s'adresser.

4. Trouve de l'aide dans la communauté

- Si les conversations avec une ami ou une adulte en qui on a confiance ne suffisent pas à régler le problème de drogue, il se peut que la personne soit obligée de chercher de l'aide auprès des ressources spécialisées. Demandez aux petits groupes quels organismes communautaires on pourrait contacter. Référez-vous aux ressources indiquées dans les Feuilles d'information sur les drogues.

Montre ta volonté

(15 minutes)

Le but de cette activité est de permettre aux étudiants de discuter de comment on peut aider une personne dont la vie est affectée d'une façon négative par la drogue.

- *Avant la leçon, photocopiez et découpez les 5 mises en situation (page 9) et placez-les dans une boîte ou un sac.* Demandez aux groupes de tirer une feuille au sort. (Si vous avez plus de 5 groupes, vous pouvez donner la même mise en situation à plusieurs groupes.)

- Demandez aux groupes de prendre 5 minutes environ pour décider comment ils aideraient la personne décrite dans leur mise en situation. Vous pouvez leur demander de répondre à la question suivante que vous écrivez au tableau :

  - *Quel soutien pourrais-tu offrir à la personne qui cherche de l'aide?*

- Rappelez aux étudiants les démarches à suivre quand on cherche de l'aide. Écrivez les démarches suivantes au tableau ou sur un tableau à feuilles mobiles pour que les étudiants puissent s'y référer pendant l'activité :

  1. *Trouve un ami en qui tu as confiance*
  2. *Trouve un adulte en qui tu as confiance*
  3. *Trouve des personnes-ressources à l'école*
  4. *Trouve de l'aide dans la communauté*

- Après le temps alloué, invitez les porte-parole à partager la décision de leur groupe avec l'ensemble de la classe. Encouragez les autres étudiants à faire des commentaires positifs. Mais il faut limiter la discussion afin de permettre à tous les porte-parole de parler.

Mises en situation

(à photocopier et à découper)

Quel soutien pourrais-tu offrir à la personne qui cherche de l'aide?

1. Ginette a invité quelques amis chez elle ce soir. J'aimerais y aller, mais je sais qu'il y aura de la drogue. Je n'aime pas tellement la gang qu'elle fréquente. J'aimerais lui en parler, mais je n'ose pas. J'ai peur qu'elle se fâche.

---

2. As-tu entendu dire que Dave a été expulsé de l'école? On l'a attrapé quand il était en train d'acheter de la marijuana. Je ne crois pas qu'il prenne des drogues d'habitude. Le pauvre, je le plains. Tout le monde le traite de bon à rien et mes parents ne veulent pas que je le fréquente. Je ne sais pas quoi faire. Je l'aime bien et il est un ami.

---

3. Je dois garder les enfants des Tremblay ce soir. Je n'aime pas aller chez eux. Les enfants sont gentils. Mais les parents boivent trop quand ils sortent. Et ils veulent toujours me reconduire. J'ai peur chaque fois que je monte dans leur auto. Je ne sais pas quoi faire.

---

4. Je crois que Paul va être obligé de doubler son année. L'an dernier ça marchait bien à l'école. Je ne sais pas ce qui se passe cette année, mais il ne fait pas ses devoirs et il saute souvent des cours. Je crois qu'il a des problèmes à la maison. J'ai entendu dire que sa mère boit beaucoup et que son père n'est presque jamais là. J'aimerais faire quelque chose. Qu'est-ce que je pourrais faire?

---

5. Je m'inquiète de Sophie. Elle était une de mes meilleures amies. Mais depuis quelque temps elle boit beaucoup. Elle dit que la boisson l'aide à faire face à certaines situations. Elle sentait l'alcool l'autre jour quand elle est arrivée à l'école. Je suis allée chez elle hier soir. Elle avait tellement bu qu'elle a perdu connaissance. Je crois qu'elle a vraiment un problème d'alcool, mais je ne sais pas quoi faire.

L'amitié

(10 minutes)

Dans cette activité les étudiants parleront de situations où ils ont pu aider leurs amis dans le passé (des situations qui n'ont peut-être rien à voir avec les drogues). *Le but de l'activité est d'amener les étudiants à voir qu'ils peuvent avoir une influence positive sur la vie des autres.* **Cette activité montre que le simple fait d'écouter quelqu'un est un geste d'affection très positif.**

- Demandez aux groupes de discuter des différentes situations où ils ont pu aider un ami ou un membre de la famille. Les étudiants ne sont pas obligés de mentionner des noms. Voici un exemple que vous pourriez leur donner : "Une de mes amies avait beaucoup de difficulté avec un projet en géographie. Je suis allée chez elle pour l'aider à terminer le projet".

- *Afin de centrer la discussion des groupes, vous pouvez leur demander de répondre aux questions suivantes* que vous écrivez au tableau ou sur un tableau à feuilles mobiles. Les remarques entre parenthèses vous aideront à expliquer les questions, si nécessaire.

Questions :

1. **Quel était le problème?** (Tu décris la situation dans le passé sans donner de noms.)

2. **Quelle aide as-tu offerte?** (As-tu écouté? donné de l'encouragement? donné des conseils pratiques?)

3. **Comment t'es-tu senti après avoir aidé la personne?** (La plupart des gens se sentent bien lorsqu'ils peuvent offrir du soutien à quelqu'un qui a besoin de se confier.)

- Il n'est pas nécessaire de demander aux groupes de partager leurs discussions avec toute la classe. Pour conclure l'activité, vous pouvez souligner les points suivants :

  - *On oublie souvent combien de fois on aide les gens dans la vie de tous les jours.*

  - *Chaque fois qu'on prend le temps d'écouter un ami qui a besoin de se confier, on fait un geste positif et on se sent bien.*

  - *Une personne qui est affectée directement ou indirectement par l'usage des drogues doit trouver quelqu'un en qui elle a confiance. C'est un premier pas qui n'est pas facile à faire.*

  - *Être prêt à écouter quelqu'un qui vit des moments difficiles est un geste positif et un signe d'amitié.*

Conclusion

(5 minutes)

- Résumez les objectifs de la leçon. Les étudiants ont parlé des ressources d'aide disponibles à l'école et dans la communauté. Ils ont discuté de comment on peut aider une personne dont la vie est affectée d'une façon négative par la drogue. Et ils ont regardé des situations dans leur vie où ils ont pu offrir du soutien à leurs amis.

- Expliquez aux étudiants que dans la dernière leçon, ils auront l'occasion de réfléchir au rôle qu'ils pourraient continuer à jouer dans la prévention de l'abus des drogues.

9e année

Leçon 3

DES SOLUTIONS, NOUS EN AVONS

Objectif :

- Amener les étudiants à préciser leur rôle dans la sensibilisation à l'abus des drogues.

Durée de la leçon :
45 minutes

- **Introduction** : 5 minutes
- **Mon rôle dans la prévention de l'abus des drogues** : 35 minutes
- **Conclusion** : 5 minutes

Matériel requis :

- Tableau à feuilles mobiles (flipchart) ou acétates, rétroprojecteur (overhead projector) et écran
- Copies des mises en situation
- Boîte ou sac

Conseils :

N'allez pas trop vite. Couvrez le contenu de la leçon sans vous presser. Prenez le temps d'encourager les étudiants à poser des questions. Prenez le temps de répondre à leurs questions.

Vous êtes une équipe de jeunes éducateurs, donc il faut partager le travail d'animation. De cette façon, la même personne ne prend pas toujours la parole.

Introduction

(5 minutes)

- Expliquez que le but de cette leçon est d'amener les étudiants à penser à l'influence positive qu'ils pourront avoir dans la prévention de l'abus des drogues à l'école et dans leur entourage. Les étudiants auront l'occasion de discuter de leur rôle à partir de questions précises.

- Demandez aux étudiants de former les 4 ou 5 groupes de travail établis pour les leçons précédentes.

Mon rôle dans la prévention de l'abus des drogues

(35 minutes)

Pour préparer cette activité, photocopiez et découpez les mises en situation. Placez les 5 feuilles dans une boîte pour que les groupes puissent en tirer une au sort.

- Après que les groupes ont choisi leur mise en situation, demandez-leur de choisir un porte-parole et un secrétaire.

- Expliquez aux groupes qu'ils auront 10 minutes pour étudier leur mise en situation et pour répondre aux questions qui l'accompagnent. Ensuite les porte-parole auront 3 minutes pour présenter les réponses de leur groupe.

- **Avant que les groupes commencent à travailler, rappelez aux étudiants que les drogues peuvent affecter chacun de nous, à différents moments de notre vie.** Il y a toutes sortes de situations qui pourraient nous affecter directement ou indirectement: un enfant pourrait avaler des pilules qui traînent, un jeune écolier pourrait fumer de la marijuana, un étudiant pourrait abuser de l'alcool, un adulte pourrait conduire sous l'influence de l'alcool, etc.

- Vous pouvez circuler parmi les groupes afin de les aider, si nécessaire.

- Après le temps alloué, demandez aux porte-parole de résumer à tour de rôle les conclusions de leur groupe. Après chaque présentation, invitez les commentaires des autres étudiants. Vous serez sans doute obligés de limiter la discussion pour que chaque porte-parole puisse parler.

- Vous pouvez écrire les suggestions des groupes au tableau ou sur un tableau à feuilles mobiles.

Mises en situation

(à photocopier et à découper)

Je sais qu'il y a des étudiants à mon école qui prennent des drogues. Qu'est-ce que je peux faire personnellement?

Est-ce que l'individu a un rôle à jouer dans la prévention de l'abus des drogues? Si oui, qu'est-ce qu'il peut faire? Si non, pourquoi pas?

Je sais qu'on vend des drogues dans la cour de mon école. Mais qu'est-ce que moi, je peux faire pour arrêter la vente des drogues?

Comment pourriez-vous décourager les pushers à utiliser la cour de votre école comme place de vente? Qu'est-ce qui arrivera si vous ne faites rien? Est-ce que l'individu a un rôle à jouer dans la prévention de l'abus des drogues? Si oui, qu'est-ce qu'il peut faire? Si non, pourquoi pas?

Je fais partie du comité d'organisation de la danse de fin d'année. Nous savons que certains étudiants vont apporter de l'alcool. Qu'est-ce que nous pouvons faire? N'est-ce pas plutôt le devoir des professeurs de faire quelque chose?

Le comité doit-il annoncer qu'il ne veut pas de drogues à la danse? Le comité doit-il laisser aux adultes la tâche d'attraper les étudiants qui apportent de la drogue? Est-ce qu'un comité de ce genre a un rôle à jouer dans la prévention de l'abus des drogues? Si oui, qu'est-ce qu'il peut faire? Si non, pourquoi pas?

J'aimerais faire quelque chose pour la prévention de l'abus des drogues maintenant, mais je ne sais pas quoi faire.

Vous avez acquis maintenant des connaissances sur les drogues. Avez-vous envie de partager vos connaissances? Afin d'ajouter à vos connaissances, pourriez-vous inviter des personnes-ressources, comme un agent de la G.R.C., à parler aux organisations auxquelles vous participez? Avez-vous un rôle à jouer dans la prévention de l'abus des drogues? Si oui, qu'est-ce que vous pouvez faire? Si non, pourquoi pas?

J'entre en 10e année cet automne. Je vais être très occupé.

Vous avez acquis des connaissances sur les drogues. Aurez-vous le temps de vous occuper de la prévention de l'abus des drogues? Si vous décidez de ne rien faire au sujet de la prévention, quelles pourraient être les conséquences de votre décision? Avez-vous un rôle à jouer dans la prévention de l'abus des drogues? Si oui, qu'est-ce que vous pouvez faire? Si non, pourquoi pas?

Conclusion

(5 minutes)

- Résumez les conclusions des groupes. Soulignez les différents exemples de rôles positifs que les étudiants peuvent jouer dans la prévention de l'abus des drogues. **Chacun de nous peut avoir une influence positive dans la vie des gens autour de nous.** Qu'ils soient petits ou grands, nos gestes sont importants. Qu'on écoute une amie qui a besoin d'aide ou qu'on fonde un club pour la prévention de l'abus des drogues, c'est l'action qui compte.

- Remerciez les étudiants de leur participation. Remerciez le professeur de sa présence et de son soutien.

Activité de suivi

Avant de donner les consignes de cette activité, il faut avoir l'accord du professeur.

- Demandez à chaque groupe de penser à une activité de sensibilisation à l'abus des drogues qu'il pourrait organiser à l'école.

- Chaque groupe choisit et organise une activité en consultation avec le professeur. En voici quelques suggestions: préparer une table d'information; inviter une personne-ressource; montrer ou faire une vidéo, faire une présentation à une réunion du Foyer-Ecole; organiser un concours d'affiches sur le thème : "Arrête les drogues, avant qu'elles ne t'arrêtent".

FEUILLES D'INFORMATION SUR LES DROGUES

Feuilles d'information sur les drogues

I. Terminologie

II. Risques

III. Catégories et effets

IV. Ressources

I. Terminologie

Une drogue est une substance chimique qui change la façon dont le corps fonctionne. Une drogue peut changer les pensées, les sensations ou le comportement d'une personne.

Certains médicaments sont aussi des drogues parce qu'ils affectent l'esprit ou le comportement.

Par exemple, un médicament qui soulage les symptômes d'une allergie peut aussi rendre une personne somnolente (fatiguée). Voici quelques exemples de drogues qu'on pourrait trouver à la maison: des médicaments contre les maux de tête; des médicaments contre la douleur; des sirops contre la toux; des somnifères (pour faciliter le sommeil); des relaxants musculaires; des antihistaminiques (pour contrôler des allergies).

Activité :

- *Nommez quelques drogues ou médicaments qu'on trouverait à la maison. Discutez des effets de ces drogues.*

.....

L'usage d'une drogue devient abusif ou dangereux lorsqu'il dérange la vie de tous les jours.

Par exemple, la consommation d'une boisson alcoolisée par un adulte qui rentre du travail n'est pas nécessairement un usage abusif de l'alcool. Mais si l'adulte se fâche parce qu'il ne reste plus de boisson, c'est peut-être un signe qu'il abuse peut-être de l'alcool.

Activité :

- *Quand est-ce que l'usage d'une drogue par un étudiant pourrait devenir abusif? Donnez-en deux exemples.*

.....

La tolérance signifie qu'une personne qui consomme régulièrement de la drogue a besoin d'une quantité toujours plus grande de cette drogue pour sentir les mêmes effets.

Par exemple, un adulte peut trouver qu'un verre d'alcool le détend. Mais, avec le temps, il peut découvrir qu'il lui faut deux ou trois verres pour sentir le même effet. Souvent une personne ne s'aperçoit pas qu'elle a acquis une tolérance à l'égard d'une drogue.

Activité :

- *D'habitude qu'est-ce que le mot "tolérance" évoque pour vous? Donnez quelques exemples de votre tolérance.*

.....

Terminologie

La dépendance se produit lorsqu'une personne devient si habituée à une drogue qu'elle ne peut pas fonctionner normalement sans la drogue. Pour une personne dépendante, l'absence de cette drogue peut causer des malaises et des obsessions.

Par exemple, un fumeur peut se sentir très inquiet ou anxieux lorsqu'il ne lui reste plus de cigarettes.

Activité :

- *Vous dépendez sûrement de toutes sortes de choses dans la vie quotidienne. Donnez-en quelques exemples.*

.....

Le sevrage décrit les malaises qu'une personne ressent quand elle arrête de prendre une drogue ou quand elle en prend moins. En général, les effets de sevrage sont contraires aux effets de la drogue.

Par exemple, quelqu'un qui prend un café tous les matins peut se sentir endormi s'il n'en prend pas.

Activité :

- *Pensez aux choses que vous aimez faire tous les jours (comme parler avec une amie ou regarder la télévision). Comment vous sentiriez-vous si vous ne pouviez plus faire ces choses?*

.....

II. Risques

Il y a des risques ou des effets secondaires associés à toutes les drogues. L'acide acétylsalicylique (de l'aspirine) qu'on prend pour soulager un mal de tête peut aussi causer des maux d'estomac. Un antihistaminique soulage des allergies, mais il peut aussi causer une somnolence (fatigue). Les cigarettes augmentent le rythme cardiaque (les battements du coeur) et causent l'essoufflement.

Activité :

- *Comment le fait de fumer pourrait-il affecter votre participation aux activités sportives?*

.....

Les drogues qui affectent l'esprit peuvent être dangereuses. Les drogues peuvent avoir des effets négatifs sur les réactions d'une personne dans certaines situations.

Par exemple, un étudiant qui a bu de l'alcool pourrait avoir de la difficulté à répondre aux questions ou à se concentrer en classe. Conduire une voiture ou une bicyclette sous l'effet de l'alcool est très dangereux. Il ne faut jamais monter dans une voiture si la personne au volant a bu de l'alcool.

Activité :

- *Identifiez quelques situations où il faut pouvoir réagir rapidement. Qu'est-ce qui arriverait dans ces situations si la vitesse de vos réactions était affectée par des drogues?*

.....

Les risques d'accidents augmentent avec la quantité de drogue consommée. Plus la dose est grande, plus il y a de risques d'accidents.

Par exemple, un verre d'alcool affecte le cerveau. Si on boit plusieurs verres en peu de temps, on est plus susceptible d'avoir un accident.

Activité :

- *L'alcool n'est pas la seule drogue qui cause des accidents. Pensez à la situation d'un étudiant qui prend une dose excessive de café avant d'aller à l'école. Pouvez-vous penser à d'autres situations où une personne qui consomme une drogue pourrait avoir un accident?*

.....

Risques

Les risques augmentent si une drogue est consommée fréquemment ou sur une longue période.

Par exemple, certains étudiants croient qu'une ou deux cigarettes à un party ne font pas de mal. Mais si l'étudiant continue à fumer d'une façon régulière, il peut endommager son coeur ou ses poumons.

Activité :

- *Discutez de ce qui pourrait arriver à un étudiant qui a commencé à boire de l'alcool quand il était très jeune.*

.....

Les risques augmentent considérablement si deux drogues sont prises ensemble. Les effets de deux drogues prises ensemble peuvent être plus grands que les effets d'une des drogues prise seule.

Activité :

- *Qu'est-ce qui pourrait arriver à quelqu'un qui fume deux cigarettes en buvant une tasse de café? qui fume de la marijuana avec un verre de vin? qui prend de l'alcool et deux pilules d'une substance inconnue?*

.....

Les effets d'une drogue dépendent de l'interaction de 3 facteurs : la drogue, la personne et le contexte.

Les effets d'une drogue varient en fonction de l'âge, de l'humeur, de l'état physique et émotif de la personne qui la consomme. Ces facteurs s'ajoutent aux caractéristiques de la drogue, la dose et la fréquence de consommation. Des facteurs liés au contexte sont aussi déterminants, comme la présence d'amis ou les interdictions de la part des parents.

Activité :

Discutez d'une des situations suivantes :

- *Lors d'une fête familiale, un petit enfant avale la bière qui reste dans une bouteille. Quel pourrait être l'effet de la bière? Quelles pourraient être les conséquences à long terme?*
- *Un enfant de 10 ans fume une cigarette pour faire comme ses parents. Quelles pourraient être les conséquences à long terme?*
- *Un étudiant en 7e année boit quelques bières avant d'aller à une danse parce que "ses camarades boivent". Quelles pourraient être les conséquences?*

Risques

- *Une étudiante prend une cigarette et une tasse de café avant son examen final. Quelles pourraient être les conséquences?*
- *Pour se relaxer avant son rendez-vous avec le conseiller d'orientation, un étudiant décide de fumer un joint. Quelles pourraient être les conséquences?*

III. Catégories et effets

Toutes les drogues n'ont pas les mêmes effets. Les drogues sont groupées selon les effets qu'elles produisent sur le cerveau, le coeur et les poumons. Il y a 3 catégories de drogues : les stimulants, les dépresseurs et les perturbateurs.

1. LES STIMULANTS

Les stimulants accélèrent ou stimulent le système nerveux central. L'usager peut être excité, agité ou même agressif.

- **La nicotine** est une substance toxique qui se trouve dans les cigarettes et dans d'autres produits du tabac. Une seule cigarette contient des milliers de produits chimiques, dont le goudron qui est utilisé pour couvrir les routes et l'oxyde de carbone, le même gaz qui sort du tuyau d'échappement d'une auto.

La plupart des fumeurs ont beaucoup de difficulté à arrêter de fumer, parce qu'ils ont acquis une dépendance à la nicotine. Les fumeurs montrent souvent des symptômes de sevrage longtemps après que la nicotine a quitté le corps.

La fumée des cigarettes dérange les non-fumeurs. La fumée ambiante (ou la fumée des autres) contient des produits toxiques du tabac comme le goudron et l'oxyde de carbone. Ces produits sont dangereux pour les personnes qui souffrent de troubles cardiaques ou de troubles respiratoires comme l'asthme et la bronchite.

- **La caféine** est une substance présente dans le café, le thé, le chocolat et les boissons gazeuses colas. Beaucoup de gens aiment prendre un café le matin pour se stimuler. Mais quelqu'un qui prend beaucoup de caféine au cours d'une journée pourrait se sentir très énervé et incapable de se concentrer.

On peut acquérir une dépendance au café et souffrir des malaises de sevrage.

- **La cocaïne** est une fine poudre cristalline blanche. La cocaïne est connue sous les noms populaires comme neige, snow, coke ou sniff. Le crack est une forme de cocaïne. Une dépendance à la cocaïne ou au crack se développe très rapidement.

De même que les autres stimulants, la cocaïne accélère le rythme du coeur et des poumons, cause une pâleur, des sueurs, une dilatation des pupilles et parfois une diminution de l'appétit. De fortes doses peuvent entraîner un comportement changeant ou violent et même un arrêt du coeur. Les personnes qui consomment la cocaïne peuvent souffrir d'insomnie, d'extrême nervosité, de paranoïa (peur et méfiance des autres) et d'hallucinations.

- **Les amphétamines** donnent un sentiment de bien-être. L'usager parle beaucoup et peut se sentir très puissant. Ces drogues peuvent aussi causer des étourdissements, de la nervosité, de la dépression et de l'angoisse.

Catégories et effets

Une consommation prolongée des amphétamines peut entraîner des angoisses chroniques, une perte de poids sérieuse et un sommeil troublé.

2. LES DÉPRESSEURS

Les dépresseurs ralentissent ou dépriment le système nerveux central.

- **L'alcool** est le terme commun utilisé pour décrire l'alcool éthylique. La plupart des consommations alcoolisées (une bouteille de bière, un verre de vin, un cocktail, etc.) contiennent la même quantité d'alcool éthylique.

Après une ou deux consommations, une personne peut avoir un sentiment de détente et l'impression d'être libérée de sa gêne. L'alcool affecte le jugement donc la personne aura peut-être de la difficulté à savoir quand il faut arrêter de consommer de l'alcool. L'alcool rend les émotions plus intenses.

L'alcool affecte la coordination et la perception, sans que la personne s'en aperçoive. Quelqu'un peut croire qu'il est capable de conduire une bicyclette ou une voiture, alors qu'il pourrait causer un accident.

À plus fortes doses, l'alcool peut causer un étourdissement, un mal de tête ou "une gueule de bois" et d'autres symptômes de sevrage. On ne peut pas guérir une gueule de bois. Le temps seul élimine l'alcool du corps. Le foie élimine 95% de l'alcool dans le corps, mais à un rythme constant qui ne peut pas être accéléré. Le 5% d'alcool qui reste est éliminé par l'urine, la transpiration et la respiration.

L'usage abusif de l'alcool est très commun.

- **Les tranquillisants** existent sous différentes formes. Les tranquillisants sont prescrits par les médecins pour traiter la dépression ou pour faciliter le sommeil. Il y a beaucoup de remèdes qu'on peut acheter sans ordonnance qui contiennent des tranquillisants, comme des sirops contre la toux et des antihistaminiques.

Les tranquillisants ralentissent les réactions du corps et du cerveau. Ils provoquent souvent une fatigue. C'est pour cette raison que les personnes qui prennent des tranquillisants devraient éviter de conduire ou de faire fonctionner des machines. Il est extrêmement dangereux de mêler ces substances à d'autres dépresseurs comme l'alcool.

Catégories et effets

3. LES PERTURBATEURS

Les perturbateurs ou hallucinogènes ont des effets variables sur le coeur, le cerveau et les poumons.

- **La marijuana, le haschich et l'huile de haschich** sont des produits dérivés de la plante "cannabis sativa" (le chanvre indien). Ces produits ralentissent l'activité du cerveau et affectent la perception en causant des illusions ou hallucinations. L'usager peut perdre sa conception du temps et ressentir une distortion des sons, des couleurs, des goûts et des émotions.

- **Le LSD (diéthylamide de l'acide lysergique)** est une drogue fabriquée à partir d'un acide qui se trouve dans un champignon. Le LSD cause des changements dramatiques au système nerveux. Il y a une augmentation de la pression sanguine et du rythme cardiaque, une élévation de la température et une dilatation des pupilles. L'usager peut sentir des changements de la perception, de la pensée et de l'humeur. Cette substance peut aussi causer des "flashbacks" ou l'apparition soudaine des effets de la drogue longtemps après la consommation.

- **Les inhalants** sont des produits chimiques qui ont une odeur très forte et qui se trouvent dans l'essence, les solvants et les colles. La drogue entre dans le corps par les poumons. Un des effets immédiats est un sentiment de puissance qui peut causer des accidents. Les inhalants ralentissent le rythme du coeur et des poumons. L'usager peut perdre connaissance ou même mourir. D'autres effets des inhalants incluent la confusion, la vue trouble, un manque de coordination, des maux de tête et des hallucinations. Les inhalants peuvent endommager les organes comme le foie et les reins.

IV. Ressources

Les étudiants peuvent être touchés directement ou indirectement par l'usage des drogues. Ils peuvent être troublés au sujet des drogues parce qu'ils en consomment eux-mêmes ou parce qu'un parent ou un ami en consomme. Le but de cette section est de montrer qu'il existe des ressources d'aide et de consultation dans leur école et dans leur communauté.

L'activité suivante aidera l'étudiant à identifer les personnes-ressources.

Activité :

Discutez des situations suivantes :

1) *Une de mes amies croit qu'elle dépend d'une drogue et elle a besoin d'aide. Elle n'a pas envie d'en parler avec ses parents. À qui pourrait-elle s'adresser?*

2) *Je crois qu'un de mes meilleurs camarades commence à dépendre d'une drogue, mais il refuse de l'admettre. J'aimerais faire quelque chose, mais j'ai peur qu'il se fâche. Je n'ai pas envie de briser une amitié. J'aimerais en parler avec quelqu'un, mais qui?*

3) *Une amie te confie qu'elle pense que son père est alcoolique. Elle te dit qu'elle aimerait savoir comment réagir dans certaines situations. Elle te dit qu'elle aimerait parler avec quelqu'un. Qu'est-ce tu lui suggérerais?*

Ressources spécialisées :

Il y a des personnes et des programmes spécialisés qui peuvent aider les étudiants troublés par l'usage des drogues. Il y a des enseignants et des conseillers qui s'occupent de la sensibilisation à l'abus des drogues dans les écoles.

Le Service de la toxicomanie de la Nouvelle-Écosse (Nova Scotia Drug Dependency Services) est un organisme spécialisé qui a six bureaux régionaux et plusieurs cliniques satellites dans toutes les régions administratives. Voici l'adresse et le numéro de téléphone des bureaux régionaux :

Bureau central
6e étage
Edifice Lord Nelson
5675, rue Spring Garden
Halifax (N.-É.) B3J 1H1
Téléphone : 424-4270

Argyle
Western Regional Health Center
50, rue Vancouver
Yarmouth (N.-É.) B5A 2P5
Téléphone : 424-5623

Ressources

Cap-Breton
115, rue Alexandra
C.P. 640
Sydney (N.-É.) B0K 1H0
Téléphone : 485-4335

Côte nord
Denoon Street
C.P. 359
Pictou (N.-É.) B0K 1H0
Téléphone : 485-4335

Vallée
Valley Health Services
Association
Miller Hosptial
Kentville (N.-É.) B4N 1C4
Téléphone : 678-3251

Métro/Lunenburg
C.P. 896
Pleasant Street
Dartmouth (N.-É.) B2Y 3Z6

Les groupes d'entraide :

- *Alcooliques anonymes (A.A.)* offre des séances de groupe pour les personnes ayant un problème d'abus de l'alcool.
- *Al anon* offre des séances de groupe pour la famille et les amis d'alcooliques.
- *Alateen* offre des services de soutien aux adolescents affectés par l'abus de l'alcool.
- *Toxicomanes anonymes* offre du soutien aux personnes ayant un problème d'abus d'une drogue autre que l'alcool.

Activités :

- *Préparez une liste de personnes-ressources, d'organismes et de groupes d'aide dans votre communauté ou région. Indiquez l'adresse et le numéro de téléphone. Dans le cas des organismes et des groupes, donnez le nom d'une personne-ressource. Discutez des façons de faire connaître cette information aux membres de votre famille, aux autres étudiants dans votre école et dans votre communauté.*
- *Discutez des moyens de continuer votre travail de prévention de l'abus des drogues.*
- *Préparez une liste de ressources audio-visuelles disponibles que votre groupe de jeunes éducateurs pourront visionner. Pensez aux façons que vous pourriez faire voir ces ressources aux membres de votre famille, aux étudiants dans votre école et dans votre communauté.*